

## Comité Départemental du Var

# ACTION EXCEPTIONNELLE ETE 2019



LE COMITE DEPARTEMENTAL FFSTB DU VAR  
ORGANISE DES STAGES POUR TOUS !

Pour préparer la  
rentrée sportive

Des journées  
ludiques

28.29.30  
Août  
2019

UN STAGE DE  
DECOUVERTE et  
d'apprentissage

à  
Draguignan

TWIRLEURS Débutants  
et 2<sup>ème</sup> année

15 Euros les 3 jours!

# LES ATELIERS

## Maniement du bâton

☞☞☞ Les objectifs principaux seront d'apporter :

- 1- Des nouveaux éléments techniques dans les différentes séries (Maniement Général, Roulés et Lancés) pour les réinvestir au sein du club.
- 2- Un renforcement des acquisitions
- 3- Un apprentissage sur les fondamentaux du 1<sup>er</sup> Degré

## Eveil à la Danse

☞☞☞ L'objectif sera d'ouvrir le champ d'action concernant l'apprentissage du Twirling, à travers des éléments sur les fondamentaux de la danse et découverte du plaisir de danser (chorégraphie sur musique)

## Gymnastique

☞☞☞ Les objectifs seront:

- 1- de développer les qualités physiques nécessaires à la pratique du Twirling-bâton
- 2- de transmettre des nouveaux éléments techniques fondamentaux de Gymnastique
- 3- de renforcer les acquisitions

## L'équipe d'encadrement

- ☞ Nathalie ESCOT, Educatrice sportive Expression Gymnique et Disciplines associées, Monitrice Fédérale et formateur.
- ☞ Alizée FOURNIER, athlète Nationale 1
- ☞ Dominique MARQUES, assistante en soutien de l'équipe.
- ☞ Méryl PERRIER, ETN3 fédéral, diplômé FFSTB

## Inscriptions

Les inscriptions sont à transmettre à votre club au plus tard pour le dimanche 18 août 2019.

## Informations complémentaires

- ☞ Horaires : 9H30 à 16H30
- ☞ Lieu : gymnase du collège Rostand
- ☞ Prévoir le pique-nique pour le repas du midi