

## ENTRAINEMENT & PERFORMANCE

Formation professionnelle  
continue



# MASTERCLASS

18 AU 20 NOVEMBRE  
2022

## POURQUOI CETTE MASTERCLASS

Du vendredi 18 au dimanche 20 novembre 2022, des entraîneurs experts dans le domaine de la formation des jeunes gymnastes seront là pour vous accompagner tout au long de cette formation, et vous partager leur savoir, savoir-faire et expérience.

Un séminaire sur le thème de la nutrition animé par Laura Pomportes est inclus dans cette Masterclass !

Formation également disponible en  
DISTANCIEL !



## REJOIGNEZ NOUS !

- Vous n'avez que 12 à 15h / semaine de pratique avec vos gymnastes.
- Vous souhaitez être concurrentiel et performer en compétition nationale de référence !

## ENTRAINEMENT PERFORMANCE HAUT NIVEAU



### OBJECTIF

Développer et améliorer ses compétences techniques au service de l'accompagnement des gymnastes vers le haut niveau.



### PREREQUIS

Être titulaire d'un diplôme d'Etat (BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS)

ET/OU

Entraîner des gymnastes sur les programmes Performance, code FIG aménagé, code FIG, élite



### PUBLIC VISE

La formation s'adresse à des entraîneurs expérimentés, entraînant des gymnastes sur le programme Performance, code FIG aménagé, code FIG, élites

# MASTERCLASS SUR LA FORMATION DES JEUNES



## INTERVENANTS

**David Spagnol**

**Entraîneur Espoir & Junior  
Centre de Gand - Belgique  
Responsable du secteur Jeunesse**

*Gamme éducative aux barres  
asymétriques et stratégie  
d'apprentissage*

**Vincent Guerillon**

**Entraîneur Avenir & Espoir  
Pôle France Saint-Etienne**

*Approche acrobatique au sol et au saut de  
cheval*

**Eleonora Ratti**

**Entraîneur Avenir & Espoir  
Pôle France Saint-Etienne**

## PROGRAMME DETAILLE

**Vendredi**

**18h**  
pot d'accueil

**19h30-21h30**  
Séminaire sur la nutrition avec  
**Laura Pomportes**

**Samedi**

**9h30 - 13h / 14h30-18h**  
Intervention de **David Spagnol**

Gamme éducative aux barres  
asymétriques et stratégie  
d'apprentissage

- Piste de travail dans les clubs en fonction des besoins
- Plan de développement selon les profils
- Pièges à éviter

**Dimanche**

**9h-12h30/ 14h-17h30**  
Intervention de **Vincent Guerillon**  
et **Eleonora Ratti**.

Approche acrobatique au sol et au saut de cheval

Se poser les bonnes questions pour mettre à profit ses connaissances

# CETTE FORMATION EST FAITE POUR VOUS



## COÛTS

Pour les salariés pris en charge par l'OPCO :  
25€/heure

Pour les salariés en autofinancement :  
18€/heure

Distanciel :  
12,50€ l'heure

Frais de restauration : 15€ le repas  
Frais d'hébergement : Nous vous conseillons une liste d'hôtel proche de nos locaux.

## DUREE & ORGANISATION

Début : Vendredi 18 novembre à 18h autour d'un pot d'accueil suivi du séminaire.

Fin : Dimanche 20 novembre à 17h30, soit 16h de formation.

L'effectif de stagiaires est compris entre 8 et 20.

La formation se déroule en présentiel au pôle France de gymnastique de Marseille - 30 rue Callelongue - 13008 Marseille.

## PLUS D'INFORMATION

Pour découvrir le programme de formation  
[CLIQUEZ ICI](#)

Vous souhaitez rejoindre cette MasterClass ? Rien de plus simple, il suffit de remplir le formulaire d'inscription ! ([Cliquez ICI](#) ou scannez le **QR CODE**)

Une fois votre inscription validée, vous recevrez tous les documents nécessaires à votre formation.

Fin des inscriptions le **3 novembre 2022**

# REJOIGNEZ NOUS !



FORMATION.PFGM@GMAIL.COM

07 61 76 66 22

30 RUE CALLELONGUE 13008 MARSEILLE

\*Pour les personnes en situation de handicap, des aménagements peuvent vous être proposés.  
Contacter nous : [formation.pfgm@gmail.com](mailto:formation.pfgm@gmail.com)