



COMITÉ  
RÉGIONAL  
PAYS DE LA LOIRE  
Le Président

NANTES, le 28 mars 2023

Mesdames et Messieurs les Présidents des clubs GR

**Stages DRA GR**

**Réf.** : LLR/DA n°203.23

**Objet** : stage GR

Madame, Monsieur le Président,

Dans le cadre de notre politique régionale du développement de la performance, l'Equipe Technique Régionale GR a mis en place une action à l'attention des gymnastes de 7 à 11 ans.

Vous trouverez ci-dessous les informations concernant le stage n°3.

<p><b>Stage n°3 : P.A.S</b></p> <p><b>Dimanche 16 avril</b></p> <p>10H00-16H30</p> <p><i>Accueil 9h30 début 10h Fin 16h30</i></p>	<p>Salle de Gymnastique Jean BOUIN - rue du colombier – 49000 ANGERS</p> <p><i>(Accès par l'arrière de la salle entrée des gardiens de la ville. Salon V.I.P du SCO foot.)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>10 H – 11 H 15</b> Échauffement /muscultation /assouplissement au ballon Travail des difficultés corporelles CF3 et des difficultés CF4</li><li>▪ <b>12 H 30 – 13 H 30</b> : REPAS</li><li>▪ <b>13 H 30 – 14 H 15</b> : Échauffement</li><li>▪ <b>14 h 20 – 15 H 20</b> Technique massues bases DA &amp; Lancer</li><li>▪ <b>15 H 20 – 16 H 20</b> Technique ruban : bases DA</li><li>▪ <b>16 H 20 – 16 H 30</b> Bilan du stage - photo &amp; rangement de la salle</li></ul>
---	--	--

**Intervenants** : Leslie MESSIKA – Margarita KARAINA – Astrid RABETTE

**Public concerné** : gymnastes de 7 à 11 ans, niveau CF3 minimum  
4 gymnastes par club maximum – 1 entraîneur par club minimum

**Organisation** : Prévoir son pique-nique pour le repas du midi  
Apporter un ballon, une paire de massues et un ruban par gymnaste.

### Conditions financières :

Le Comité Régional accompagne financièrement les clubs conventionnés sur la saison par une prise en charge des frais pédagogiques.

Coût du stage		Coût pour les clubs Conventionnés	
Frais d'organisation :	20.00 €	Frais d'organisation :	20.00€
Frais pédagogiques :	22.00 €	Frais pédagogiques : pris en charge par le Comité Régional	
Coût du stage par gym :	<b>42.00 €</b>	Coût du stage par gym :	<b>20.00€</b>

Afin de permettre la bonne organisation du stage, merci de bien vouloir confirmer votre présence à l'aide du formulaire à renseigner en cliquant [ICI](#) **avant le 10 AVRIL 2023**  
Merci de remettre à la responsable du stage les attestations parentales mineurs dès votre arrivée

Comptant sur la participation active de tous,

Le Président Régional,  
Luc LE ROY

