FORMATION CONTINUE

PRÉPARATION PHYSIQUE

G.R

ACROBATIE

F O R M A T I O N C O N T I N U E

G.R

la préparation physique

- Gainage
- Alignement
- Proprioception
- Prévention des blessures
- Renforcement musculaire général

De 9h à 12h

Dimanche 10 Décembre 2017

Gymnase Maurice Bacquet
Rue Guy Rabourdin
77500 CHELLES

L'acrobatie

- L'ATR
- La Souplesse Avant / Arrière
- La roue

De 13h à 16h

Coût de la formation: **30 €** par personne « par chèque à votre arrivée en formation »

Intervenant: **DAVY ROY** Préparateur physique et entraîneur GAF

Pensez à apporter votre repas pour le midi, un four à micro-ondes sera à votre disposition

Comité Départemental Seine-et-Marne

DAVY ROY
Développement
Tel : +06.16.18.31.42
Comité Départemental de Gymnastique de Seine et Marne
Maison des Associations Beausoleil
Rue des Frères Moreau - 77380 COMBS LA VILLE
Mail : cdgym77.developpement@gmail.com
Site : www.cdgym77.fr