

**Dimanche 11 septembre 2016**

**AU CENTRE SPORTIF LÉO LAGRANGE**

**Comité  
Départemental  
d'Athlétisme  
du Gard**



**VOUS PROPOSE SON COLLOQUE SUR**

**PRÉPARATION  
À LA CAPACITÉ  
D'UN JEUNE À BONDIR  
ET REBONDIR”**



**AVEC LA PARTICIPATION  
DE DANIEL LAIGRE**  
Conseiller technique national  
Chargé de mission formation  
Fédération française d'athlétisme

**ET LE SOUTIEN DE :**



**THÈME DU COLLOQUE: « PRÉPARATION À LA CAPACITÉ  
D'UN JEUNE À BONDIR ET REBONDIR »**

*Quelques clefs pour l'entraînement des Benjamins,  
des Minimes et des Cadets (des situations sur le  
terrain, un apport théorique en salle, des  
échanges avec les entraîneurs...).*

*Ce colloque est prorogé pour les diplômés.*

**Ouvert : Aux autres départements et ligues, voir d'autres  
fédérations.**

**Date limite d'inscription : le LUNDI 5 SEPTEMBRE.**

**PROGRAMME DE LA JOURNÉE :**

- 9h30..... Accueil au CENTRE  
SPORTIF LÉO LAGRANGE.
- 10h00 - 12h00 ..... Séance pratique au stade  
>entraîneurs, athlètes de haut  
niveau et autres.
- 12h15 - 13h45 ..... Repas salle LÉO LAGRANGE,  
>frais de participation au repas  
de 12 Euros. Envoi du chèque à l'ordre  
de : Comité d'Athlétisme du Gard.  
*Pour information c'est gratuit pour les gardois.*
- 14h00 - 16h00 ..... Technique en salle  
question/réponse.

**CONTACT**

**Jérôme Forner**

Animateur Technique Départemental  
Coach Athlé Santév

**CENTRE SPORTIF LÉO LAGRANGE :**  
Centre Pierre-Mendès-France 30200 BAGNOLS SUR CÈZE  
Renseignements au 06.79.97.34.97  
Site internet : <http://comite-gard.athle.com/>

