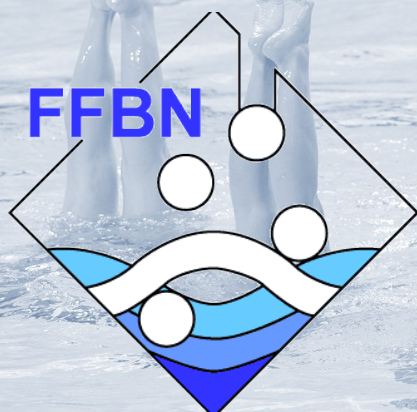


Christine GROSSET, entraîneur national de la Fédération Française de Natation, ancienne cadre Technique FFN et juge internationale encadrera le colloque annuel d'entraîneurs synchro et abordera la préparation d'une saison et séquence d'entraînement ainsi que les techniques des éléments acrobatiques. Pour cette 2ème partie, veuillez vous munir d'un maillot, d'un bonnet et de lunettes.

Dimanche 18
septembre 2016
de 9h30 à 16h



Horaire

9h30 - 10h00 Accueil

10h00 - 12h30 Partie théorique

Préparation d'une saison et séquence d'entraînement

12h30 - 13h00 Pause

13h00 - 15h30 Atelier pratique

Technique d'éléments acrobatiques

15h30 - 16h00 Tour de table

Adresse du jour:

Complexe Sportif du Stade Yernaux

Rue du Poirier 226 à 6061 Montignies-sur-Sambre

Frais d'inscriptions

15€ par inscription à verser sur le compte de la FFBN ;
BE84 0682 1154 0859. Communication; NOM Prénom
+ colloque synchro 2016

Repas de midi compris dans les frais d'inscription.

Inscriptions obligatoires au secrétariat de la FFBN

(s.roldanponseti@ffbn.be) pour le 16 septembre 2016
au plus tard.