



FORMATION CONTINUE DES ENTRAINEURS DE CLUBS ET DE CD

16, place Jean Jacques Rousseau
BP 174
38304 Bourgoin Jallieu
Tél : 04 74 19 16 12
Fax : 04 74 19 16 13
Mail : rhonealpes@ffcanoe.asso.fr
Site : <http://www.canoe-rhonealpes.com>

Date : 10 et 11 janvier
Ouverture : samedi à 12h
Clôture : dimanche à 16h

Lieu : CREPS de Voiron – La Brunerie 38500 VOIRON
Accès : <http://www.creps-rhone-alpes.jeunesse-sports.fr/index.adml?r=200>

Programme :

- 1. La notion de polyvalence sportive**
Analyse de la performance en canoë kayak
Les différentes étapes du développement du sportif à long terme
Conséquences sur la mise en place du projet d'entraînement
- 2. Le renforcement musculaire chez les jeunes**
Pourquoi, quand, comment ? (mise en situation)
- 3. Le suivi médical**

Intervenants :

Vincent Olla : Conseiller technique régional (comité régional Rhône Alpes)
Eric BIAU : Entraîneur national slalom (Pôle France Nancy)
Sabine Olla : Formatrice CREPS Rhône Alpes (Site Vallon Pont d'Arc)

Coût :

Restauration-hébergement du samedi midi au dimanche après-midi : 54 €/personne
Participation comité régional : 30 €
Participation stagiaire : 24 €

Divers :

Ce week end sera également l'occasion d'aborder les actions régionales pour la saison 2009.
Prévoir une tenue de sport en salle.
Pour tout renseignement contacter Vincent Olla : volla@ffck.org / Tel : 06.10.26.68.25



Inscription : <http://www.canoe-rhonealpes.com> (rubrique téléchargement)

Comité Régional Rhône Alpes

Canoë Kayak

16 place J Jacques Rousseau

BP 174

38304 Bourgoin Jallieu Cedex

Le nombre de participants est limité à 15

Date limite d'inscription : 20 décembre 2008