

CPD 1

La saison 2018 2019 a repris avec un 1^{er} regroupement de gymnastes nées en 2009 2010 2011. Ce CPD (centre de perfectionnement départementale) s'est déroulé le 22 septembre 2018 à Arcachon. Par rapport à la saison précédente, il y avait plus de clubs présents : 9 au total (sachant que Mérignac et Talence se sont excusés car il ne pouvait pas être présent étant sur le gala de Teamgym).

La formule de la séance a plu aux gymnastes et aux entraîneurs :

- Accueil
- Echauffement
- 45 Tests Physiques
- 3 X 30 minutes d'agrès (saut, barres, trampoline/technique de course)
- Etirement
- Gouter

Cela a pu être possible grâce au grand nombre d'entraîneurs présents (10), ce qui a permis à la responsable de se détacher d'un agrès et ainsi voir l'ensemble des gymnastes et donner des conseils aux entraîneurs.

A l'issue du stage, regroupement des entraîneurs pour partager nos impressions sur les gymnastes et ainsi proposer un collectif départemental pour passer au CPID 1 qui aura lieu le Dimanche 7 Octobre de 9H30 à 15H30 à Agen. Après avoir regroupé les impressions, les résultats des tests physiques et les observations de la responsable sur les séances techniques, voici la liste des gymnastes proposée pour l'étape suivantes :

- Violette Maurin 2010 (Libourne)
- Elisa Treillis 2009 (ASGV)
- Célia Fontrichard 2010 (Arcachon)
- Cassandre cellerier 2010 (Arcachon)
- Croci Nattie 2010 (Andernos)

LISTE DES RESERVES

- Ambre Tingaud 2011 (ASGV)
- Lou Gonzales 2011 (St médard en Jalles)
- Emma Rodrigues 2011 (Libourne)
- Eloane Clément 2011 (La Teste)

Les autres gymnastes sont bien sûr les bienvenue sur le CPD 2 qui aura lieu le Samedi 10 Novembre de 13H30 à 17H00 à Bruges (lieu à confirmer)