

## CPD 2

2ème regroupement de gymnastes nées en 2009 2010 2011. Ce CPD (centre de perfectionnement départementale) s'est déroulé le Samedi 10 septembre 2018 à Bruges. Il y avait 10 clubs présents : ASCPA, ASGV, ASH, La Teste, Libourne, Sauveterre, Talence, Bruges, Langon, Mérignac (un de plus que le stage précédent mais 5 nouveaux clubs dont 3 que nous n'avons pas eu le plaisir d'accueillir l'année dernière).

La formule de la séance était identique au CPD1 sauf concernant les agrès :

- Accueil
- Echauffement
- 45 Tests Physiques
- 3 X 30 minutes d'agrès (poutre, sol, fastrack/routine placement)
- Etirement
- Gouter

8 entraîneurs étaient présents sans compter la responsable qui s'est détachée des agrès pour avoir une vision globale sur l'ensemble des gymnastes. Après discussion avec l'agent de développement présent sur ce stage, j'ai trouvé que le nombre de gymnastes étaient trop importants (ou le nombre d'entraîneur insuffisant) pour proposer une séance correspondant à un stage de détection (avec plus de correction et de manipulation)

A l'issue du stage, regroupement des entraîneurs pour partager nos impressions sur les gymnastes et ainsi proposer un collectif départemental pour passer au CPD 2 qui aura lieu le Dimanche 2 Décembre de 9H30 à 16H00 à Langon. 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 :

- JVANIA MARIA 2011 (TALENCE)
- SARRAIL AURORE 2011 (MERIGNAC)
- CHEVILLOT CLARA 2011 (TALENCE)

Nous avons ensuite établi une seconde liste, les gymnastes pouvant se présenter à nouveau au CPD3 qui se déroulera le samedi 2 février à Pessac au club de l'ASCPA.

- Djeddar kahina 2010 (ASCPA)
- Sardat Syrine 2010 (UST)
- Tauzin Lya 2010 (Sauveterre)
- Jano Melina 2010 (ASGV)
- Vervoot Ninon 2010 (La Teste)
- Dufourquet Maelie 2011 (ASH)
- Servat Ambre 2011 (ASH)
- Milhade Agathe 2011 (Libourne)
- Ossedat Romane 2011 (UST)

Les autres gymnastes sont convoquées sur un stage qui sort du cadre de la détection mais qui regroupera les gymnastes compétitives des clubs du département.

Les centres de perfectionnement départementaux sont mis en place pour détecter les jeunes gymnastes qui présentent des qualités morphologiques, physiques (force, explosivité), une grande motivation et présentant un fort intérêt pour la discipline ... afin de lui proposer le meilleur parcours possible au sein de son club, de son département ou de sa région pour accéder à la performance voire à terme à une structure de haut niveau