

# COMBINAISON GAGNANTE !

LES COMBINÉES : UN OUTIL DE FORMATION DU JEUNE SPORTIF  
LES ÉTAPES INCONTOURNABLES DANS LA FORMATION DU FUTUR COMBINARD

*Samedi 02 Avril 2016* > *Rennes (35)*

**DE 10H  
À 17H30**

**AVEC**

**Jean-Yves COCHAND**

Manager National des Epreuves Combinées

*Sauter*

*Courir*

*Lancer*



*Informations & Renseignements*

PAR MAIL AU SECRÉTARIAT DE LA LIGUE :  
BRETAGNEATHLETISME@GMAIL.COM

OU AU 02 96 76 25 21

[WWW.BRETAGNEATHLETISME.COM](http://WWW.BRETAGNEATHLETISME.COM)

# PROGRAMME

DE 10H  
À 17H30

**10H - 10H15:**

Accueil des participants

**10H15 - 11H45:**

Les combinées : un outil de formation du jeune sportif

**12H - 13H30:**

Repas

**13H45 - 14H45:**

Evolution des situations pédagogiques : d'une gamme simple vers les multi-courses & multi-lancers

**14H45 - 15H30:**

Evolution des situations pédagogiques : d'une gamme simple vers les multi-sauts

**15H30 - 15H45:**

Pause

**15H45 - 17H15:**

Du jeune au combinard de bon niveau : incontournables et étapes clés de l'apprentissage

**17H15 - 17H30:**

Conclusions, discussions et échanges

## L'INTERVENANT



**Jean-Yves COCHAND**

Manager National des Epreuves Combinées  
Entraîneur au Pôle Espoirs de Montpellier  
Entraîneur de Romain Barras (Champion d'Europe 2010) et de Kevin Mayer...

*Stade Couvert Robert Poirier  
6 avenue du Professeur Léon Bernard*

*Action de prorogation  
des diplômes d'entraîneur*



[WWW.BRETAGNEATHLETISME.COM](http://WWW.BRETAGNEATHLETISME.COM)