

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

 Ligue
de Bretagne
d'Athlétisme



Informations & Renseignements

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

OU AU 02 96 76 25 21

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