

## GYMNASTIQUE FÉMININE

### Stage de perfectionnement Poussins 4°/5°

Le 22 Février 2026 de 10h00 à 16h30

**Gymnase Paul Picard - Saint-Marcellin**

(Date limite d'envoi : 12/02/2026)

ASSOCIATION :

Responsable :

Téléphone :

Courriel :

#### Règlement Stage Poussines CDD

Ce stage de perfectionnement s'adresse aux poussins, possédant leur 3<sup>e</sup> degré minimum, afin de travailler et/ou perfectionner les éléments du 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> degré.

Le stage est ouvert à toutes gymnastes du département, sauf celles sélectionnées après les tests aux stages DSV. Cependant, celles non retenues pour les stages DSV peuvent s'inscrire à ce stage.

Nom	Prénom	Date de naissance	Personne à joindre en cas d'urgence	
			Nom - Prénom	Téléphone
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
				Père : Mère :
Nombre de participant :		Prix : 18 € / stagiaire		Total :

**ATTENTION : Mettez les noms des gymnastes par ordre de priorité car le nombre de place par club sera défini en fonction du nombre total d'inscriptions.**

Bulletin à renvoyer au secrétariat du CDD. 20, rue de l'Etissey – 38300 BOURGOIN-JALLIEU accompagné des droits d'engagement.

Règlement par virement IBAN : FR76 1027 8072 6100 0221 5730 147

Règlement par chèque à l'ordre de "Comité Départemental du Dauphiné".

## Stage Poussines CDD : Fiche d'évaluation

ASSOCIATION :

	Nom	Prénom	Date de naissance	BARRES				POUTRE						
				Acquis 3ème degré		Éléments travaillés		Acquis 3ème degré			Éléments travaillés			
			3ème degré Renversement	3ème degré Tour d'appui arrière	Bascule	Filé	Balancer	Placement dos	ATR jambes écartées	Sauts	Rondade	Sortie saut de mains / sortie salto	ATR jambes serrées	Roue / souplesse arrière
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														

Merci d'évaluer les éléments de vos gymnastes pour permettre de faire des groupes de niveaux.

A = ACQUIS

EC = En cours d'acquisition (des défauts de réalisation, élément effectué dans sa globalité mais à perfectionner)

T = Eléments en cours de travail, reste beaucoup à faire

N = Élément non vu

## Stage Poussines CDD : Fiche d'évaluation

ASSOCIATION :

SOL									SAUT		Commentaires divers
Acquis 3ème degré			Eléments travaillés (4ème degré et/ou 5ème degré)						Acquis	Eléments travaillés	
ROUE	ATR jambes écartées	Roulade arrière	ATR jambes serrées	Rondade	Roulade arrière ou souplesse	demi valse	Flip	Saut de mains	3ème degré	Lune	
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											

A = ACQUIS

EC = En cours d'acquisition (des défauts de réalisation, élément effectué dans sa globalité mais à perfectionner)

T = Eléments en cours de travail, reste beaucoup à faire

N= Élément non vu