Date : le 24 octobre 2011 Mardi matin	TITRE : Présentation du Défi gym (ateliers) Gymnastique acrobatique
Objectif	Explication des principes de base de l'échauffement : Course, sauts, échauffement articulaires, culbutes, renforcement de quadrupédie, du gainage Présentation des ateliers du défi : 3 niveaux progressifs de difficulté pour que les élèves soient en réussite dès le premier niveau. Atelier de validation couplé avec 3 ateliers connexes (fonctionnement de mini circuits) Ateliers présentés : roulade avant, roue, ATR (équilibre) Gymnastique acrobatique : • Présentation de la discipline (visionnage) • Pratique (duo, trio…) à partir de fiches modèles
Documents utilisés	Défi Gym et gymnastique acrobatique : fiches
Production	