

## • CREPS DE BOURGES •

### Encadrement

**Responsable stage/ entraîneur GR :**

Anne Guillard

**Entraîneurs GR :**

Dorothee Ivanès

Sylvie Didone, ancienne membre équipe de France

Iulia Al Mir, ancienne membre équipe nationale de Roumanie

**Danse classique et GR:**

Coralie Alvarez

**Danse contemporaine / danse  
thérapie :**

Alice Petit Mirouse

**Préparation Physique :**

Arnaud Delphin

**Coût du stage : 600€**

(transport, repas, hébergement, activités compris)

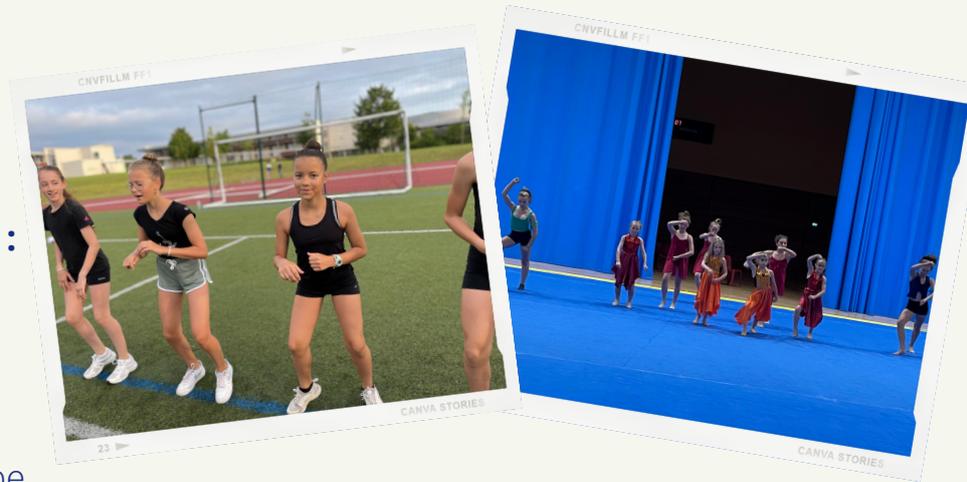
L'inscription sera validée à la réception de l'**acompte versé de**

**150€** (possible via le lien de

paiement diffusé par le club, chèque espèces ou chèques vacances)

Le solde de 450€ sera à verser avant le 31 mai

Inscription sur <https://www.rac-gr.fr>



**Le RAC GR** vous propose un stage Sportif dans un environnement bénéficiant d'infrastructures de qualité avec, pour chaque gymnaste, un stage approprié à son niveau de pratique !

- **Un stage « performance »** pour les gymnastes en circuit National et circuit individuel Fédérale A

- **Un séjour « GR / activités »** pour les gymnastes des circuits Federal A et B équipes et Ufolep



# Programme

## GR

Manipulations engins  
Chorégraphie pour le spectacle  
Compositions pour les individuels

## DANSE

Classique  
Contemporaine  
Zumba  
Jazz

## PPG

Préparation physique

## ACTIVITE

Cohésion de groupe  
Expression Corporelle  
Technique d'improvisation

## ET PLEIN D'AUTRES SURPRISES!

Jeux  
Veillée  
Sortie en ville  
Piscine  
Activités manuelles

...