



Groupement des Entraîneurs Francophones d'Athlétisme

<http://www.lbfa.be>

“ La longueur : techniques spécifiques, moyens et formes d’entraînement ”

Par Daniel LAIGRE

Le lundi 29 octobre 2018 - 09h00/18h00 – Hall indoor Malonne

Dans la cadre des cours éducateur en sauts donnés par Daniel Laigre

- Intervenant :** **Daniel Laigre;**
Entraîneur national Français en longueur et triple saut.
- Lieu :** Hall indoor Malonne ; prendre le chemin pendant 500m à la hauteur de la route de la Navinne 81.
suivre le panneau « hall indoor » ou « centre sportif Saint Berthuin »
- Thématiques :** AM : théorie - techniques spécifiques en longueur
PM : pratique - techniques spécifiques en longueur
théorie - moyens et formes d’entraînement

ATTENTION : pas de possibilité de repas ni de boissons sur place

Inscription préalable en ligne obligatoire <https://goo.gl/forms/a47SIv0KVFAXb7Zu1>

Date limite d’inscription : le 19 octobre 2018 – places limitées ; par ordre d’inscription

- Prix :**
- * membre GEFA : gratuit pour les membres 2018 en ordre de cotisation en date du 1^{er} septembre 2018
 - * non membre GEFA (en date du 01/09/2018) :
 - 35€ : colloque + cotisation GEFA 2019 (voir conditions d’accès) sur le compte GEFA : BE38 0682 3874 0972 avec la mention : « cours longueur + cotis 2019 »
 - 5€ : entrée à la conférence uniquement, à verser sur le compte ci-dessus ou sur place