



Tomblaine
Le, 4 avril 2011

Aux clubs lorrains

[Comité de Lorraine de Gymnastique](#)

A l'attention des Présidents et entraîneurs des clubs Lorrains

Le Comité de Lorraine souhaite accompagner les clubs désireux de se lancer dans l'activité tumbling.

Pour cela, Marion Limbach (ancienne internationale de tumbling, entraîneur de haut-niveau) va effectuer son stage de professorat du sport en Lorraine, ce qui nous permettra de bénéficier d'une intervenante de choix pour cette activité.

- Dans un premier temps, l'objectif serait de répondre à vos interrogations sur la pratique du tumbling, et enfin proposer une initiation ouverte à tous à l'outil « piste-gonflable » et diagonale de praticable pour une pratique compétitive « loisir ».
- Dans un deuxième temps, nous envisageons avec Marion de réunir les meilleurs tumbleurs de la région afin de proposer aux entraîneurs et aux gymnastes, une action de perfectionnement sur une vraie piste de tumbling (à Metz).

Vous trouverez ci-dessous, le tableau récapitulatif des dates et lieux où se dérouleront les différentes actions programmées.

Comptant sur votre participation et votre volonté de découvrir pleinement cette activité en pleine expansion, je vous prie de recevoir, chers Présidents et entraîneurs, mes salutations les plus cordiales.

Tableau récapitulatif

Lieux	Dates arrêtées
Vandoeuvre	Vendredi 6 mai 2011
Vittel	Dimanche 8 mai 2011
Fameck	Samedi 7 mai 2011
Sarreguemines	Samedi 9 avril 2011



Tomblaine
Le, 4 avril 2011

Aux clubs lorrains participant à l'action de perfectionnement au tumbling

[Comité de Lorraine de Gymnastique](#)

Veillez trouver ci-dessous le planning prévisionnel du déroulement de l'action de perfectionnement Tumbling, encadrée par Marion Limbach.

Programme Prévisionnel Interventions Tumbling Lorraine

10h : Présentation du tumbling et des différentes filières de compétition : dans une salle annexe ou dans la salle de gymnastique en présence de vos animateurs et entraîneurs

11h : Les bases du Tumbling/ Les principales différences techniques sur les éléments de base entre la gymnastique artistique au sol et le tumbling : en salle de gymnastique avec des gymnastes pratiquant le tumbling ou la gymnastique artistique (prévoir 5 à 10 gymnastes).

Déjeuner

14h : Initiation au tumbling sur la piste gonflable : possibilité d'y faire participer les groupes d'animation (dans la limite de 30 personnes)

15h30 à 17h : libre (intervention selon les besoins et les envies des clubs participants)

Je me tiens à votre disposition pour tous renseignements complémentaires, et vous prie de recevoir, l'expression de mes salutations distinguées.

Gaël Meyer