

COLLOQUE GEFA

**« L'IMPULSION, ÉLÉMENT DÉTERMINANT POUR LA
RÉUSSITE D'UN SAUT EN HAUTEUR
ET
LES DIFFÉRENTES FORMES DE PLIOMÉTRIE DANS LA
PRÉPARATION ATHLÉTIQUE »**

Samedi 1^{er} avril 2023, Hall d'athlétisme de Louvain-la-Neuve

Madame,
Monsieur,

Nous avons le plaisir de vous inviter au colloque « **L'impulsion, élément déterminant pour la réussite d'un saut et les différentes formes de pliométrie dans la préparation athlétique** », organisé par le GEFA, le **samedi 1^{er} avril 2023**, à Louvain-la-Neuve.

Intervenants :

Yves GÉRARD (France)

Cadre Technique Sportif Athlétisme à la Ligue Hauts-de-France.
Ancien entraîneur national FFA de la hauteur.

Dominique HERNANDEZ (France)

Ancien athlète international français, spécialiste du saut en hauteur (record: 2m27).
Cadre Technique FFA, spécialiste en hauteur, longueur et condition physique.

Programme :

9h15: accueil.
9h30 – 12h00: hauteur.
13h30 – 16h30: pliométrie.

Les conférenciers interviennent simultanément le matin et l'après-midi.

Localisation :

Hall d'athlétisme de Blocry, Boulevard de Lauzelle 5, 1348 Louvain-la-Neuve.



Frais de participation :

Gratuit pour les membres du GEFA 2023

10€ pour les entraineurs non-membres du GEFA (à payer sur place)

Inscription :

Le nombre de participants est limité.

Merci de compléter ce [formulaire](#), pour le vendredi 24 mars 2023 au plus tard.

Une confirmation de participation vous sera envoyée.

Au plaisir de vous y voir nombreux,

Le comité du GEFA

