Fédération de Gouren

Bodadeg ar Gouren

10, rue Saint Ernel / *straed Sant Ernel*
29800 LANDERNEAU / *LANDERNE*
02 98 85 40 48
federation@gouren.bzh

Commission Technique et de Formation

Stage d'approfondissement technique
14h15 à 17h30 le samedi 17 octobre 2026
Salle de gouren à Spézet (29)

Horaire : accueil à partir de 14h15 et à 14h30 sur pallen

Nos journées d'approfondissement technique voient la participation d'un expert, un champion et les participants(es) eux/elles-mêmes expérimentés(es) apportant aussi leurs propres expertises.

Le but est d'approfondir des connaissances techniques, certaines variantes, des utilisations technico-tactiques (enchaînements en compétition, création d'opportunités), des placements de gardes, des erreurs à éviter, amenant sans doute aussi vers des possibilités de travail à l'entraînement, etc… par les apports de moniteurs techniciens et les riches échanges qui naissent sur le pallenn. Et, du combats, pour le plaisir aussi.

Le deuxième stage est prévu le samedi 28 novembre.

Public attendu : Lutteuses et lutteurs licenciés, cadets juniors et seniors, confirmés (non débutants), compétiteurs ou non, initiateurs, moniteurs (M1-BF1-BF2) y compris diplômés d'état.

Animateurs-intervenants :
Erwan autour de l'heol vraz, ses nombreuses possibilités et contres avec la position kliked.
Tudy sera présent également.

Prévoir sa bouteille d'eau.

Renseignements si besoin : 06 79 70 38 12 (Erwan)
06 86 98 83 72 (Tudy)

Pour prévision du casse-croûte après l'entraînement, merci de signaler votre participation par mail à la fédération federation@gouren.com ou par SMS à Tudy ou Erwan.