



ATHLÉ 632 vous invite le 6 AVRIL 2019 au colloque ÉPREUVES COMBINÉES

Rôle des ÉPREUVES COMBINÉES dans la formation des jeunes, et la construction des clubs

JEAN-YVES COCHAND,

Retiré officiellement des pistes depuis septembre 2018 il est toujours disponible pour apporter ses précieux conseils.

Pendant plus de 40 ans il les a prodigués à des générations d'athlètes et coaches.

Au cours de ces 20 dernières années, sur le centre d'entraînement de Montpellier, il a accompagné Kevin Mayer, Romain Barras, Antoinette Nana Djimou, Katarina Johnson Thompson, Laura Arteil... et de nombreux jeunes athlètes de talent.



**Ancien DTN Adjoint,
DTN Epreuves Combinées
pendant plus de 20 ans.**

Samedi Matin 9h00 à 12h30 :

- **Accueil** à la maison de quartier de Quéfets,
1, boulevard Alain Savary
31170 Tournefeuille (face au stade d'athlétisme)
- **Introduction sur les fondements des EC**
- **Séance de terrain : Courir, sauter, lancer... un savant mélange ?!**
→ avec la participation de 10-15 athlètes
- **Echanges puis questions/réponses**



Samedi Après-Midi 14h30 à 18h00 :

- **Le parcours de formation du combinard (BE à JU) → priorités et acquisitions incontournables**
- **Stratégies d'entraînement : recherche d'un équilibre**
- **Les Epreuves Combinées un pilier pour les clubs ?**
- **Séance Aérodéca (10min explications + 20min pratique) → avec la participation de 10-15 athlètes.**
- **Questions/réponses**

Inscriptions auprès d'**Athlé 632** : <http://www.athle-632.fr/>

Limitée aux 35 premières inscriptions

Prix du repas 18 € à régler sur place (chèque à l'ordre de « Athlé 632 »)