

# FORMATION ACROBATIE



SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 JANVIER 2026



INTERVENTION DE  
CYRIL VIEU

ANCIEN GYMNASTE DE L'ÉQUIPE DE  
FRANCE, PRÉPARATEUR  
ACROBATIQUE DE L'ÉQUIPE DE  
FRANCE NATATION ARTISTIQUE  
DEPUIS 2020.



STRASBOURG



GRATUIT



WWW.LGE-NATATION.FR

# PROGRAMME ACROBATIE



WWW.LGE-NATATION.FR

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 JANVIER 2026

## Samedi 17 janvier 2026

**9h45 - 10h45** : en salle - bases de la codification

**10h45 - 12h** : travail des acrobaties de base

**12h00 - 12h30** : questions

**12h30 - 14h00** : pause

**14h00 - 15h30** : travail à sec

**16h00 - 17h30** : travail dans l'eau sur les acrobaties du CNAHN

**17h30 - 18h00** : échanges

## DIManche 18 janvier 2026

**9h00 - 10h00** : en salle - évolution des acrobaties au fil de la saison

**10h00 - 11h30** : travail à sec préparatoire aux acrobaties (voltigeuses)

**11h30 - 13h00** : pause

**13h30 - 14h00** : échanges

**14h00 - 16h00** : travail dans l'eau des acrobaties

**16h00 - 16h45** : débriefing de clôture

INSCRIPTION

