

Au-delà de la performance physique,

Et à travers le travail fourni, la pratique de la gymnastique masculine à haut niveau participe à la **construction identitaire** des jeunes.

L'investissement de longue haleine favorise le goût du **travail**, de l'**effort** et de l'**entraide** dans le **respect des règles**, des **autres** et du **matériel**. Les développements physique, moteur et intellectuel induits par la **rigueur** de l'entraînement sont en parfaite **harmonie** avec la pratique.

La gymnastique artistique est l'une des disciplines les plus exigeantes. C'est pourquoi l'**hygiène de vie** et le **respect** du corps sont des conditions primordiales d'évolution.

Viens te perfectionner et entre dans la grande **famille** de la **Gymnastique Masculine de haut niveau**.

Nous contacter :



Centre de formation GAM Lattes-Hérault  
Complexe sportif de Courtoujours  
34970 Lattes - Maurin  
Tel: 04.67.42.55.22 / 07.78.87.49.64  
Mail: [Christophe.boulestreau@yahoo.fr](mailto:Christophe.boulestreau@yahoo.fr)

Comité Départemental de Gymnastique de l'Hérault  
Maison des sports Nelson Mandela  
66 Esplanade de l'Égalité, ZAC Pierres Vives  
34080 Montpellier  
Tel: 06.99.48.39.16 / 06.27.96.22.08  
Mail: [comgym.34@orange.fr](mailto:comgym.34@orange.fr)



# La Gymnastique Artistique Masculine dans l'Hérault

Le comité départemental de gymnastique de l'Hérault vous présente son centre de formation de Lattes-Hérault



Christophe Boulestreau, diplômé du brevet d'Etat d'éducateur sportif deuxième degré en gymnastique, dispense des entraînements de qualité dans un contexte sécurisé.



« J'ai commencé à faire de la gym deux fois par jour tous les jours, une heure le matin, trois heures le soir. Au collège cinq heures et demi par jour.

Si je m'accroche aujourd'hui c'est que j'aime ça ! »

- **Cyril Tommasone**

## Un début à tout...

La gymnastique de haut niveau demande des aptitudes physiques et intellectuelles importantes qui se développent dès le plus jeune âge et grâce à de nombreux entraînements, mais la scolarité reste notre priorité ... c'est pourquoi le Centre de Formation GAM de Lattes-Maurin et le collège public Georges Brassens de Lattes travaillent ensemble à la réussite scolaire et sportive des jeunes participants au programme.

**Une équipe pédagogique, soucieuse de ta réussite scolaire ainsi que des horaires aménagés proposés par le collège, te permettrons d'évoluer dans les meilleures conditions et de t'épanouir dans ta passion.**

Notre structure d'accueil départementale a pour vocation la formation gymnique des jeunes du CM1 au lycée vers le plus haut niveau avec orientation vers les pôles espoirs et France en favorisant l'épanouissement personnel des intéressés.



« Ce sont des instants magiques.

C'est une médaille que j'ai toujours voulue et aujourd'hui c'est fait.

C'est vraiment génial. »

- **Thomas Bouhail**

## Le centre de formation

Les entraînements sont dispensés par des entraîneurs diplômés d'Etat dans la structure de l'Association Gymnique Lattes-Maurin (A.G.L.M.).

La formation est structurée à raison de deux entraînements par jour, à hauteur de 20 heures par semaine. Des stages extérieurs viennent enrichir la formation, agrémentés par la présence des meilleurs gymnastes français.

Des temps de repos et de récupérations sont programmés et indispensables à l'équilibre des jeunes et leur évolution gymnique.

## Suivi des gymnastes

Les gymnastes sont au cœur de nos préoccupations. Des professionnels et spécialistes dans les domaines médical et scolaire optimisent la réussite sportive et permettent un développement dans les meilleures conditions.

## Objectifs sportifs

Chaque année nos jeunes sportifs excellent dans les championnats de haut niveau.

Notre objectif majeur est d'amener nos athlètes à se dépasser afin de côtoyer les compétitions les plus prestigieuses.