

## A quel âge ?

### 3 / 4 ans

Petits acrobates

Découverte et formation générale pour tous les sports acrobatiques  
(1 séance par semaine)

### 5 / 8 ans

Ecole d'acrobatie

Formation générale et approfondissement des bases pour tous les sports acrobatiques  
(1 séance par semaine)

ou

Groupes détection

Préparation à la compétition  
(2 à 3 séances par semaine)

### 7- 8 ans et plus

Choix d'une spécialité :

Trampoline

ou

Tumbling

ou

Gymnastique acrobatique

Loisir : 1 séance par semaine

Compétition : 2 à 5 entraînements  
selon sport pratiqué, âge et niveau

### Groupes adultes

17 ans et plus 1 séance

Cercle Paul Bert T.S.A.  
Salle spécialisée  
des sports acrobatiques  
5 allée Pierre de Coubertin  
35200 Rennes

02 23 40 25 76

[tsa.brequigny@cerclepaulbert.asso.fr](mailto:tsa.brequigny@cerclepaulbert.asso.fr)

[www.cpbtsa.com](http://www.cpbtsa.com)

Séances d'essai – orientation

**Pour les enfants débutants de 8 ans et +**  
Tests de Niveau obligatoire (30 mns)

Se présenter au début de l'heure

Renseignements et  
inscriptions :

A partir du

**MERCREDI 5 septembre 2018**

Sites :

[www.cpbtsa.com](http://www.cpbtsa.com)

[CerclePaulbert.asso.fr](http://CerclePaulbert.asso.fr)



Sports acrobatiques

**Tumbling**  
**Trampoline**  
**Gymnastique**  
**acrobatique**

**A partir de 3 ans**  
**L'acrobatie accessible à tous !**

# Le trampoline

## Acrobatie - Espace

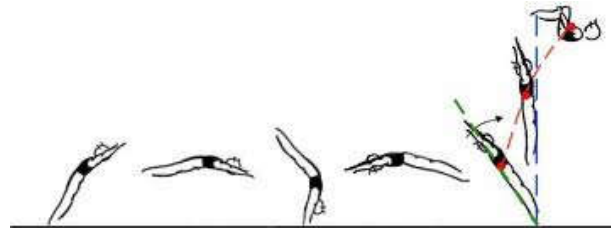
Sur une toile montée sur ressorts, sauter le plus haut possible pour réaliser des figures des plus simples aux plus complexes. Le trampoline est une discipline d'équilibre et de maîtrise du corps dans l'espace.



# Le tumbling

## Acrobatie - Vitesse

Traverser une piste élastique de 25 mètres de long et de 1m50 de large en réalisant des acrobaties sans interruption. Le tumbling est une discipline de « punch », virtuosité et agilité.



# La gymnastique acrobatique

## Acrobatie - Complicité

Sur un praticable de gymnastique de 12m sur 12, réaliser des portés et des lancers acrobatiques avec partenaires (duos, trios ou quatuors). La gymnastique acrobatique est une discipline artistique, de souplesse, adresse et complémentarité.



**Si tu aimes bouger, sauter, tourner, ...**