

## Défi duo



**Passez de la position 1 à la position 2. Enchaînez 3 fois.**

**Envoyez-nous la vidéo avant dimanche 22h.**

## Défi cérébral

### Quizz sur l'histoire de l'ASPC GYM SPORT :

1. La première association sportive de gymnastique aux Ponts de Cé est créée en 1957, sous quel nom ?
2. Qui a précédé Thierry DUBLÉ au poste de Président?
3. Qui est le trésorier emblématique du club ?
4. Quel est le nom du célèbre entraîneur national, toujours en poste actuellement, qui a débuté sa carrière d'entraîneur au club des Ponts-de-Cé au début des années 90 ?
5. Quelle grande compétition le club a-t-il organisé en 2017 ?

**Envoyez-nous vos réponses avant dimanche 22h.**

# Défi créatif

**Créer un motif, un logo, une image, un texte, un dessin... original sur le thème de la gym et/ou du club.**

Cette création pourra être utilisée afin d'orner les futurs masques aux couleurs du club !

**Envoyez-nous votre création en photo avant dimanche 22h.**

# Défi musclé



**Reproduisez cette figure et maintenez 30''.**

(20'' minimum pour les 10/13 ans, 10'' minimum pour les 7/9 ans, 3'' minimum pour les Baby et Eveil)

**Envoyez-nous la vidéo avant dimanche 22h.**

# Défi élastique



**Reproduisez cette figure.**

**Envoyez-nous la photo avant dimanche 22h.**