

CR NOUVELLE-AQUITAINE

GAF-GAM REGION Individuels - COGNAC

Contrôle des licences obligatoire avant la compétition (gymnastes et entraîneurs)
Echauffement général : Max 45 min avant la rotation / Echauffement aux agrès (cf rubrique gestion des échauffements sur le Règlement technique)
Transmission des musiques sur DJGym au plus tard le lundi qui précède la compétition / prévoir musiques sur clés USB

SAMEDI 08 avril

Plateau GAF	
Perf Régional 14-15 ans Perf Régional 16-17 ans Perf Régional 18 ans et +	8:45 - 13:15

Palmarès - 13:25

Perf National 14 ans Perf National 15 ans Perf National 16 ans	14:20 - 17:15
Pause	
Perf National 21 ans et + Perf National 18-20 ans Perf National 17 ans	17:35 - 21:25

Palmarès - 21:50

Plateau GAM	
Féd A 10-11 ans Féd A 14-15 ans Féd A 12-13 ans	8:45 - 13:15

Palmarès - 13:25

Féd A 16 ans et +	14:20 - 16:20
Pause	
Perf National B 16-17 ans Perf National B 18 ans et + Perf National B Opt	17:15 - 19:30
Perf National A 15 ans Perf National A 17 ans Perf National A 18 ans Perf National A 21 ans et moins Perf National A 22 ans et + Perf National A Opt	19:30 - 21:45

Palmarès - 21:50

DIMANCHE 09 avril

Plateau GAF	
Perf Régional 12-13 ans	9:00 - 10:55

Pause

Perf Régional 10-11 ans	11:15 - 12:45
-------------------------	---------------

Palmarès - 13:15

Perf National 10 ans Perf National 11 ans Perf National 12 ans Perf National 13 ans	14:30 - 19:00
--	---------------

Palmarès - 19:10

Plateau GAM	
Perf Régional 7 ans Perf Régional 8 ans Perf Régional 9 ans Perf Régional 10 ans	9:00 - 13:05

Palmarès - 13:15

Perf National A 10 ans Perf National A 11 ans Perf National A 12 ans	14:30 - 16:45
Perf National A 13 ans Perf National A 14 ans Perf National B 15 ans	16:45 - 19:00

Palmarès - 19:10

LUNDI 10 avril

GAF Plateau A	
Perf Régional 9 ans Finale B	9:00 - 12:00

Palmarès - 12:15

Perf Régional 9 ans Finale A	13:00 - 16:00
------------------------------	---------------

Palmarès - 16:15

GAF Plateau B	
Perf Régional 7 ans	9:00 - 12:00

Palmarès - 12:15

Perf Régional 8 ans	13:00 - 16:00
---------------------	---------------

Palmarès - 16:15