

## CR NOUVELLE-AQUITAINE

### Championnats ID Sud - GAF Individuels / GAM Individuels + Equipes Fed B - Saint Jean d'Ilac

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 9 mars

Plateau GAF	
Performance Regional 10-11 ans Performance Regional 14-15 ans	9h/10h25
Performance Régional 12-13 ans Performance Régional 16-17 ans	10h25/12h10

Pause 50 min

Plateau GAF	
Perormance Regional 18 ans et plus	13h/14h45

Palmarès - 14:55

Plateau GAF	
Performance National 10 ans / 12 ans	15h30/16h55
Performance National 11 ans / 13 ans	16h55/18h15
Pause 20 min	
Performance National 14/15/16 ans Performance National 17/18-20/21 +	18h35/20h50

Palmarès - 21h

Plateau GAM	
Performance Regional 7/8/9/10 ans	12h40/14h45

Palmarès - 14:55

Plateau GAM	
Fed A 10-11/12-13 ans Nat A 10/11/12/13/14 ans	15h30/17h35

Pause 15 min

Fed A 14-15 / 16 ans + Nat B 16-17 ans / 18 ans + / Nat A 18-21 ans / 22 + Nat A 16 ans / 17 ans / 18 ans / 19-21 ans / 22 + / opt	17h50/20h30
--	-------------

Palmarès - 21h

#### Dimanche 10 mars

Plateau GAF	
Performance Regional 7 ans	8h40/10h
Performance Regional 8 ans	10h/11h20
	11h20/12h40

Palmarès - 12h50

Plateau GAF	
Performance Regional 9 ans	13h40/15h
	15h/16h20

Palmarès - 16h30

Plateau GAM	
Federal B 10-12 ans	8h40/10h40
Federal A 10-15 ans Federal B 12 ans et +	10h40/12h40

Palmarès - 12h50

Plateau GAM	
Federal B 7-9 ans	13h40/15h40

Palmarès - 16h30