

CONTACT FFG

Coordinatrice technique GAF : Gwenaëlle Berger

Email : gwenaëlle.berger@FfGym.be

CLUB ORGANISATEUR

Les Volontaires de Dison

Responsable : Christophe Dortu

Email : info@gymdison.be

LIEU

Hall du Paire
Rue du Paire, 1
4860 Pepinster

HORAIRE

Samedi 12 mars

08H00 : Ouverture de la salle

08H10 : Réunion des juges

Compétition 1 :

Plateau 1 : Division IV FfG 12 ans (33)

Plateau 2 : Division IV FfG 14 ans (32)

08H30 : Echauffement général sur praticable Compétition 1

08H45 : Fin d'échauffement général Compétition 1 et formation des groupes.

08H55 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 1

11H50 : Fin Compétition 1 (remise des résultats à 12H10).

Repas des juges et réunion

Compétition 2 :

Plateau 1 : Division IV FfG 11 ans (31)

Plateau 2 : Division IV FfG 13 ans (31)

11H55 : Echauffement général sur praticable Compétition 2

12H05 : Rassemblement des gymnastes Compétition 1

12H10 : Fin d'échauffement général Compétition 2 et formation des groupes.

Remise des résultats Compétition 1

12H30 : Présentation des clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 2

15H10 : Fin Compétition 2 (remise des résultats à 15H30).

Collation des juges

Compétition 3 :

Plateau 1 : Division IV FfG 15 ans (33)

Plateau 2 : Division IV FfG 16 ans et 19 ans et + (33)

15H15 : Echauffement général sur praticable Compétition 3

15H25 : Rassemblement des gymnastes Compétition 2

15H30 : Fin d'échauffement général Compétition 3 et formation des groupes
Remise des résultats Compétition 2

15H50 : Présentation des clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 3

18H30 : Fin de la Compétition 3 (remise des résultats à 18H50).

Collation des juges

Compétition 4 :

Plateau 1 : Division IV FfG 17 ans (19)

Plateau 2 : Division IV FfG 18 ans (12)

18H35 : Echauffement général sur praticable Compétition 4

18H45 : Rassemblement des gymnastes Compétition 3

18H50 : Fin d'échauffement général Compétition 4 et formation des groupes
Remise des résultats Compétition 3

19H10 : Présentation des clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 4

20H50 : Fin de la Compétition 4

21H10 : Résultats Compétition 4

Dimanche 13 mars

08H00 : Ouverture de la salle

08H10 : Réunion des juges

Compétition 1 :

Plateau 1 : Division IV Challenge 11 ans (34)

Plateau 2 : Division IV Challenge 12 ans (35)

08H30 : Echauffement général sur praticable Compétition 1

08H45 : Fin d'échauffement général Compétition 1 et formation des groupes.

08H55 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 1

11H50 : Fin Compétition 1 (remise des résultats à 12H10).

Repas des juges et réunion

Compétition 2 :

Plateau 1 : Division IV Challenge 13 ans (33)

Plateau 2 : Division IV Challenge 16 ans et 17 ans (36)

11H55 : Echauffement général sur praticable Compétition 2

12H05 : Rassemblement des gymnastes Compétition 1

12H10 : Fin d'échauffement général Compétition 2 et formation des groupes.
Remise des résultats Compétition 1

12H30 : Présentation des clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 2

15H20 : Fin Compétition 2 (remise des résultats à 15H40).

Collation des juges



Compétition 3 :

Plateau 1 : Division IV Challenge 14 ans (24)

Plateau 2 : Division IV Challenge 15 ans, 18 ans et 19 ans et + (29)

15H25 : Echauffement général sur praticable Compétition 3

15H35 : Rassemblement des gymnastes Compétition 2

15H40 : Fin d'échauffement général Compétition 3 et formation des groupes
Remise des résultats Compétition 2

16H00 : Présentation des clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 3

18H30 : Fin de la Compétition 3

19H00 : Résultats Compétition 3

INFOS COMPLÉMENTAIRES

Frais d'inscription des gymnastes :

Le droit d'inscription de 3€ par gymnaste participante est à payer à la FfG par le club participant, après réception de la facture qui lui sera adressée.

Attention : en cas d'annulation de participation, le montant de l'inscription reste dû au club organisateur.

Règles sanitaires :

- Le Covid Safe Ticket (CST) ne sera pas demandé pour accéder aux infrastructures sportives ;
- Le port du masque n'est pas obligatoire, bien qu'il reste recommandé si la distanciation (1,5 m) entre les spectateurs ne peut pas être respectée ;
- Application des règles d'hygiène sanitaire ;
- Pas de limitation du nombre de personnes accompagnantes.

Pour les gymnastes et les entraîneurs:

- La compétition sera organisée sur deux plateaux (une couleur pour chaque plateau).
- Chaque gymnaste en compétition dispose, immédiatement avant la compétition et à tous les agrès, d'un temps de préparation sur le podium selon le règlement technique qui régit la compétition. :
 - Saut – maximum de 3 essais.
 - Poutre et sol : 1 min 30 sec (1 min puis 30 sec.)
 - Barres Asymétriques : 1 min 30 sec, y compris la préparation des barres.
- Nous demandons aux gymnastes d'être présentes 20 minutes avant l'heure de leur échauffement général, au cas où nous prendrions un peu d'avance.
- Nous invitons les juges et les entraîneurs à se munir de chaussons de gymnastique (pas de chaussures venant de l'extérieur).
- Nous demandons aux gymnastes, entraîneurs et parents ponctualité et collaboration afin que toutes les gymnastes inscrites puissent travailler dans les meilleures conditions.
- Nous rappelons que maximum 2 entraîneurs par club et par plateau sont autorisés.
- La présence des gymnastes non concernées par les compétitions est interdite sur les plateaux.

Pour les juges

- Tous les juges doivent participer aux réunions de juges.
- Chaque juge doit juger toute la journée.
- Chaque juge doit être en possession du programme technique GAF Div. 4
- Chaque juge doit être en tenue (tailleur bleu marine (noir autorisé), chemiser blanc, foulard/cravate FfG) et doit être muni de sa carte de juge.



Prix d'entrée

Membres FfG : 6€

Non-membres : 7€

Entrée gratuite pour les enfants de moins de 12 ans.

ITINÉRAIRES ET PLANS D'ACCÈS

Adresse : Rue du Paire, 1
4860 Pepinster

- En provenance de Liège, Namur, Charleroi, Bruxelles, Eupen, ... :
 - E42 Battice – Prüm ;
 - Sortie 5 – Ensival, Verviers-Centre, Pepinster ;
 - Dans la sortie (très courte) tenir votre droite en direction de Ensival, Pepinster (N61 – Rue Grand' Ville) ;
 - Rester sur la N61 jusqu'au 2ème feu rouge (environ 1,1 km) ;
 - Prendre à droite (rue des Déportés) jusqu'au premier carrefour (environ 150 m) ;
 - Prendre à gauche (rue Emile Vandervelde) jusqu'au premier carrefour à 4 bras (environ 1,150 km) ;
 - Prendre à gauche (rue des Combattants) jusqu'au premier carrefour (environ 200 m) ;
 - Prendre à droite et rentrer dans la rue du Paire, le hall est en face de vous ;
 - Contourner le hall par le droite pour accéder aux parkings / plusieurs parkings mais le plus facile pour accéder à la salle car de plein pied avec l'entrée est celui situé à gauche du hall (tout au bout donc).

- En provenance de Spa :
 - E42 Prüm – Battice ;
 - Sortie 6 - Verviers-Est, Verviers-Sud, Stembert, Heusy, Ensival ;
 - Dans la sortie tenir votre gauche ;
 - Au feu prendre à gauche (R61 – Rue de Franchimont) ;
 - Dans la descente passer plusieurs feux quasi en enfilade (R61 - Rue des étangs puis Rue des Carrières) pour arriver au rond-point de l'Amiral Brasseur Kernadec ;
 - Prendre la 4ème sortie: N61 / Rue Grand'Ville direction Ensival, Pepinster ;
 - Au rond-point passer en face pour continuer sur la N61 / Rue Grand'Ville direction Ensival, Pepinster ;
 - Rester sur la N61 jusqu'au 2ème feu rouge (environ 1,1 km) ;
 - Prendre à droite (rue des Déportés) jusqu'au premier carrefour (environ 150 m) ;
 - Prendre à gauche (rue Emile Vandervelde) jusqu'au premier carrefour à 4 bras (environ 1,150 km) ;
 - Prendre à gauche (rue des Combattants) jusqu'au premier carrefour (environ 200 m) ;
 - Prendre à droite et rentrer dans la rue du Paire, le hall est en face de vous ;



- Contourner le hall par le droite pour accéder aux parkings / plusieurs parkings mais le plus facile pour accéder à la salle car de plein pied avec l'entrée est celui situé à gauche du hall (tout au bout donc).
- Si vous êtes perdu :
 - Suivre les plaques RBC Verviers-Pepinster ;
 - Demander le chemin pour la salle de basket de Verviers-Pepinster.

LOGEMENT

L'hôtel Van Der Valk de Verviers se trouve à 10 minutes en voiture du hall sportif :

Rue de la Station, 4
4800 Verviers

