

CHAMPIONNATS GAF HESBAYE-CONDROZ

20/01/24 D4

21/01/24 D5

Club organisateur

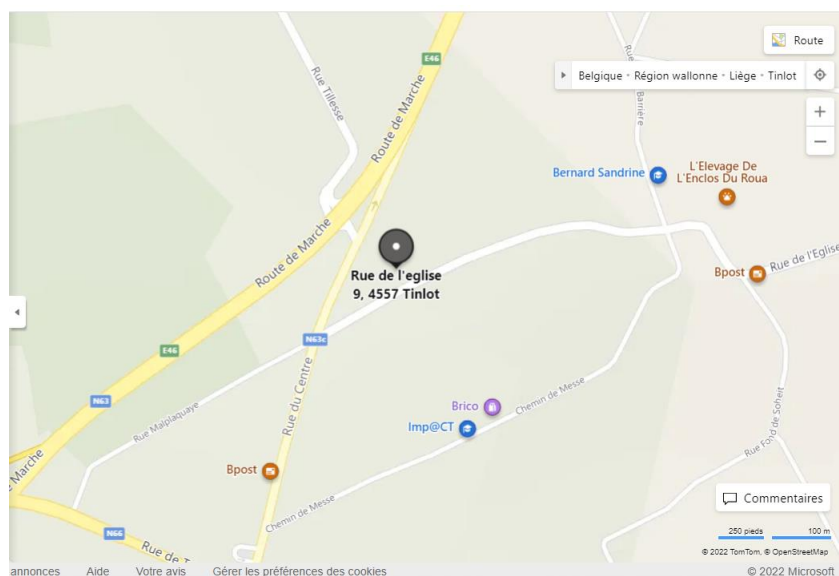
Le « Blé Qui Lève » - Tinlot
0478/39.11.48
0473/45.69.83
gymtinlot@outlook.be



Lieu

Salle du « Blé Qui Lève »
Rue de l'Eglise, 9
4557 Tinlot

Carte



Prix des entrées

- 7 € /adulte
- 6 € / membre FfG

Horaire, rotations et compositions des groupes

Voir en annexe

Informations complémentaires

Pour les gymnastes et entraîneurs

- Chaque gymnaste disposera d'un échauffement général sur praticable de compétition.
- Chaque gymnaste disposera à chaque agrès d'un échauffement spécifique dans l'ordre de passage de la compétition.
- La compétition sera organisée sur un plateau.
- Nous demandons aux gymnastes de la compétition 2 d'être présentes **20 minutes avant l'heure prévue** 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.
- Le plateau ne sera accessible qu'aux gymnastes en compétition, aux entraîneurs et aux juges.
- Nous demandons aux entraîneurs de venir avec une clé usb reprenant les musiques de leurs gymnastes afin d'avoir une solution en cas de soucis.
- Attention : max 2 entraîneurs/club/plateau – Inscription préalable obligatoire au secrétariat pour la date prévue

Pour les juges

- Tous les juges doivent participer à la réunion programmée.
- Chaque juge doit juger toute la journée.
- Chaque juge doit être en possession des programmes techniques D5, D4, D3 et Jeunes suivant ce qu'il jugera.
- Chaque juge doit être vêtu de la tenue officielle.

Pour tous

- Nous demandons ponctualité et collaboration afin que toutes les gymnastes inscrites puissent travailler dans les meilleures conditions.
- Le plateau ne sera accessible qu'aux gymnastes en compétition, aux entraîneurs et aux juges.
- Le lieu de compétition ne bénéficie pas d'un parking permettant d'accueillir beaucoup de monde. Il est donc nécessaire de se garer dans les rues annexes au lieu de compétition. Nous vous conseillons de respecter les règles du code de la route en matière de stationnement. Les amendes sont d'environ 300 euros pour un mauvais stationnement qui empêcherait le passage des bus TEC dans la rue (Rue de l'Eglise).
- Une cafétéria sera ouverte (bar et petite restauration). Nous demandons à tous de ne pas venir dans la salle de compétition avec des boissons ou de la nourriture pour le bien-être des gymnastes ; celles-ci sont à pieds nus et elles risqueraient de marcher sur du verre cassé ou autre.

SAMEDI 20/01/24

COMPETITION 1

08h30	Ouverture salle / Accueil C1	10 min
08h40	Echauffement gym / Réunion juges	20 min
09h00	Fin échauffement / Rassemblement	5 min
09h05	Présentation des clubs	5 min
09h10	Début C1	140min
11h30	Fin de la compétition	5 min

D4 Challenge (18)/D4 Ffg 13 ans (12)

30 gym

8 filles (x4') / rotation

32 min + 3

35min /rotation (x4) = 2h20

COMPETITION 2

11h20	Ouverture salle / Accueil C2	10 min
11h35	Echauffement gym / Réunion juges	20 min
11h55	Fin échauffement / Rassemblement	5 min
12h00	Remise des résultats C1	15 min
12h15	Présentation des clubs	5 min
12h20	Début C2	140 min
14h45	Fin de la compétition	5 min

D4 Ffg 11 ans (10)/D4 Ffg 12 ans (20)

32 gym

8 filles (x4') / rotation

32min + 3

35min /rotation (x4) = 2h20

COMPETITION 3

14h35	Ouverture salle / Accueil C3	10 min
14h50	Echauffement gym / Réunion juges	20 min
15h10	Fin échauffement / Rassemblement	5 min
15h15	Remise des résultats C2	15 min
15h30	Présentation des clubs	5 min
15h35	Début C3	140 min
18h00	Fin de la compétition	5 min
18h15	Remise des résultats C3	15 min

D4 Ffg 14ans (12)/D4 Ffg 15 ans (6)/D4 Ffg 16 ans (5)

D4 Ffg 17 ans (3)/D4 Ffg 18 ans et + (4)

30 gym

8 filles (x4') / rotation

32min + 3

35min /rotation (x4) = 2h20

DIMANCHE 21/01/24

COMPETITION 4

08h30	Ouverture salle / Accueil C4	10 min
08h40	Echauffement gym / Réunion juges	20 min
09h00	Fin échauffement / Rassemblement	5 min
09h05	Présentation des clubs	5 min
		140 min
09h10	Début C4	(2h12)
11h35	Fin de la compétition	5 min

D5 11 ans (21)/ D5 15 ans (1)

D5 16 ans (6)/D5 17 ans (3)/ D5 18 ans et + (1)

32 gym

8 filles (x4') / rotation

32min + 3

35min /rotation (x4) = 2h20

COMPETITION 5

11h25	Ouverture salle / Accueil C5	10 min
11h35	Echauffement gym / Réunion juges	20 min
11h55	Fin échauffement / Rassemblement	5 min
12h00	Remise des résultats C4	15 min
12h15	Présentation des clubs	5 min
12h20	Début C5	156 min
15h00	Fin de la compétition	5 min
15h10	Remise des résultats C5	15 min

D5 12 ans (18)/ D5 13 ans (9)/ D5 14 ans (9)

36 gym

9 filles (x4') / rotation

36min + 3

39min /rotation (x4) = 2h36