



ASBL HEMEROCALLIS

Avenue des Frondaisons 38 – 7020 NIMY

GSM : 0496/28.79.74

Email : gym.hemerocallis@gmail.com

Web : www.gymhemerocallis.be

Facebook : Hémérocallis Gymnastique Mons

Banque : BE14 0689 4813 2183

NE 0479.349.947

GYM EVAL GAF le 1er décembre 2024

HALL 1 DE L'INSTITUT DES URSULINES

1, Rue Valenciennoise 7000 MONS

Une nouvelle occasion de se rencontrer et d'apprécier les progrès réalisés.

Nous tenterons de maintenir une organisation où les 15 postes sont en action, qui exige 15 évaluateurs tout au long de la journée. Merci, de m'adresser au plus vite le nom et le(s) poste(s) préféré(s) de vos évaluateurs.

Dimanche 1er décembre

08h00 : Ouverture de la salle.

08h15 : réunion des évaluateurs

08h15 à 08h45 : Echauffement général de la 1^{ère} compétition (61 gymnastes : Boussu Gym – Soignies – Happy Gym – ASA Gym - Hémérocallis)

Vous prévoyez l'organisation de votre échauffement en passant successivement aux différents engins en veillant à terminer par le premier poste du test.

08h45 : retour au vestiaire.

08h50 : présentation des clubs, début des évaluations.

11h00 : Fin des évaluations – Défilé final.

11h30 : repas des évaluateurs

11h30 : Remise des diplômes et de la médaille de participation dans la cafétéria par les entraîneurs

12h30 à 13h00 : Echauffement général de la 2^{ème} compétition (59 gymnastes : Herseaux – Gymnos – Tremplin – OGM – Tournai Gym Club – Aquila – Santé Force)

Vous prévoyez l'organisation de votre échauffement en passant successivement aux différents engins en veillant à terminer par le premier poste du test.

13h00 : retour au vestiaire.

13h05 : présentation des clubs, début des évaluations.

15h30 : Fin des évaluations – Défilé final.

16h00 : Remise des diplômes et de la médaille de participation dans la cafétéria par les entraîneurs

Veuillez être présent 30 minutes avant le début de l'échauffement ! Si nous avons de l'avance Nous commencerons l'évaluation suivante plus tôt

Merci de ne pas circuler dans la salle avec des chaussures venant de l'extérieur.

L'espace dans le vestiaire est très réduit : Je vous invite à prendre le minimum avec vous.

Les parents n'auront pas accès aux vestiaires. Qu'on se le dise !

Pour les fumeurs, c'est la tolérance zéro. Ceux-ci sont invités à quitter l'enceinte de l'école pour fumer et/ou vapoter. Etre à l'extérieur ne suffit pas.

Un bar sera organisé et une petite restauration est prévue pour ceux qui le souhaitent.

Attention, une personne absente et tout le système s'écroule. Donc, vous risquez de jouer les prolongations !



GYMNOVA MONS



**La pharmacie
des saules**

