

ORGANIGRAMME EQUIPE 4 FEVRIER 2024

Fed A GAF / POUSSINES : 9H-11H30

1^{er} tour : GAF poussines Echauffement articulaire : 8h30/ Compétition : 9h-11h30 / Echauffement a l'agrès 5min

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL	REPOS
Régionale 7-9 AVENIR MONTALBANAIS	Régionale 7-9 ENVOL DE FLAVIN	Régional OCC 7-9 AVENIR MONTALBANAIS	Régionale OCC 7-9 ENVOL DE FLAVIN	Régional OCC 7-9 GYM CLUB RUTHENOIS

2^{ème} tour : Fédéral A (10-11ans/12-15) : Echauffement articulaire : 11H/ Compétition : 11h30-12h30 / Echauffement a l'agrès 4 min

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Equipe 1 10-11 ANS AVENIR MONTALBANAIS	Equipe 1 12-15 ANS AVENIR MONTALBANAIS	Equipe 1 12-15 ANS SCN	Equipe 1 12-15 ANS RODEZ

PALMARES : 13h

1^{er} tour : Fed B GAM /FED A GAF : 14H-16H30

Plateau A : GAM FED B Echauffement articulaire : 13h30/ Compétition : 14h-16h30 / Echauffement a l'agrès 5 min

SOL	ARCON	ANNEAUX	SAUT	PARALLELE	FIXE
L'île Jourdain 10-12 ans	Montauban	L'île jourdain eq1 10-15 ans	Fleurance 10-15 ans	Flavin	Rodez

Plateau B : GAF FED A (12-15ans / 10ans et +) Echauffement articulaire : 13h30/ Compétition : 14h-15h30 / Echauffement a l'agrès 4 min

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Equipe 1 10-13ans ENVOL DE FLAVIN	Equipe 1 10-13ans AVENIR MONTALBANAIS	Equipe 2 10-13 ANS AVENIR MONTALBANAIS	Equipe 1 10 ans et + ENVOL DE FLAVIN

2^{ème} tour : Fédéral A (10ans et +/14ans et +) : Echauffement articulaire : 15H/ Compétition : 15h30-16h30 / Echauffement a l'agrès 4 min

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
Equipe 1 14ans et + AVENIR MONTALBANAIS	EQUIPE 1 14ans et + RODEZ	Equipe 2 14 ans et + AVENIR MONTALBANAIS	Equipe 2 10ans et + AVENIR MONTALBANAIS

3^{ème} tour : Performance : Echauffement articulaire : 16H/ Compétition : 16h30-18h / Echauffement a l'agrès 6 min / 5 min fed A

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
DN Equipe 1 12 ans et + AVENIR MONTALBANAIS	Nat EQUIPE 1 10-13ans MONTAUBAN	Nat EQUIPE 1 10ans et + FLAVIN	Fed Equipe 1 10ans et + AVENIR MONTALBANAIS

PALMARES 18H30