

CF 3/4

étape 1 - secteur 1



GYMNASTIQUE

RYTHMIQUE

16 MARS 2025
Vitry-sur-Seine
Gymnase
du port à l'anglais



Comité Régional
Île-de-France Gymnastique

Fédération Française
de Gymnastique



 vitry-sur-seine



GYMNOVA
ÉQUIPE DE FRANCE



MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES



AGENCE
NATIONALE
DU SPORT

Région
iledeFrance

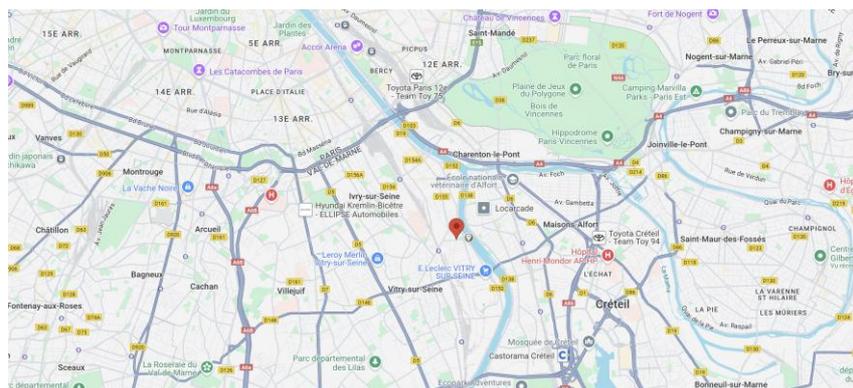
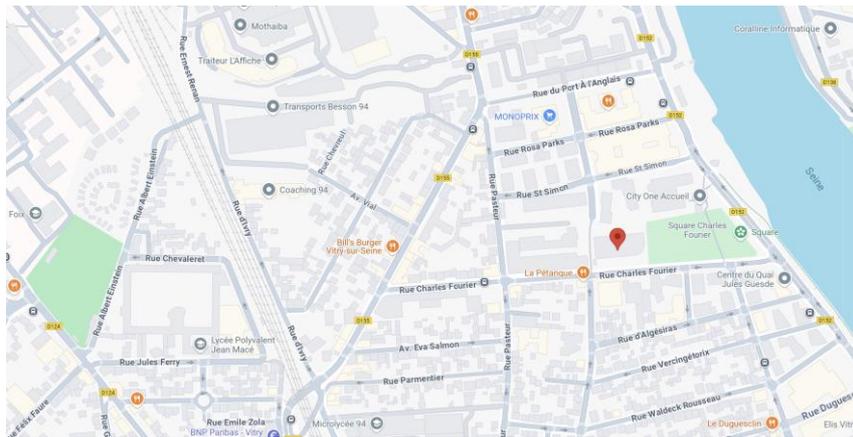
📍 ADRESSE :

GYMNASE DU PORT A L'ANGLAIS



22 rue Charles Fourier

94400 Vitry-sur-Seine



RECOMMANDATIONS

Il n'y a pas de parking, il faut se garer dans les rues adjacentes.



Une buvette, organisée par le club d'accueil, sera à la disposition des participantes.



Dans le cadre du plan Vigipirate, il peut être demandé une ouverture des sacs à l'entrée.



REPARTITIONS

CF 3								CF4	
Subdivision 1		Subdivision 2		Subdivision 3		Subdivision 4		Subdivision 5	
GRS PARIS	11	GR VAL D'EUROPE	8	CERGY-PONTOISE	7	AG FRANCONVILLE	3	GRS PARIS	2
CENTRE				GR		PARIS RYTHMIQUE	4	CENTRE	
L'ANCIENNE DE	5	GR BALLAINVILLIERS	7	RYTHMIC'S CLUB	6	COM ARGENTEUIL	3	UA CHANTIER	3
PARIS		UA CHANTIER	3	CRECY		GR		ACSLD CREGY	1
GRS GLACIERE XIII	2			CHEVREUSE GRS	5	ACSLD CREGY LES	2	LES MEAUX GR	
PARIS						MEAUX GR			
						CLUB GYMNIQUE	4		
						ERMONT			
						CLUB GYMNIQUE	2		
						AULNAYSIEN			
	18		18		18				6



HORAIRES

16/03/2025

VITRY - PRAT A

VITRY - PRAT B

TESTS PHYSIQUES

DEBUT - 09:30		
REPETITION AVANT EVALUATION - 09:30	REPETITION AVANT EVALUATION - 09:30	
GR1 - Coupe formation 3 8 09:40 - 10:06	GR1 - Coupe formation 3 8 09:40 - 10:06	GR2 - Coupe formation 3 09:30 - 10:06
ROTATION - 10:06	ROTATION - 10:06	
REPETITION AVANT EVALUATION - 10:15	REPETITION AVANT EVALUATION - 10:15	
GR2 - Coupe formation 3 10 10:25 - 10:52	GR2 - Coupe formation 3 10 10:25 - 10:52	GR1 - Coupe formation 3 10:15 - 10:52
ROTATION - 10:52	ROTATION - 10:52	
REPETITION AVANT EVALUATION - 11:00	REPETITION AVANT EVALUATION - 11:00	
GR3 - Coupe formation 3 9 11:10 - 11:37	GR3 - Coupe formation 3 9 11:10 - 11:37	GR4 - Coupe formation 3 11:00 - 11:37
ROTATION - 11:37	ROTATION - 11:37	
REPETITION AVANT EVALUATION - 11:45	REPETITION AVANT EVALUATION - 11:45	
GR4 - Coupe formation 3 9 11:55 - 12:22	GR4 - Coupe formation 3 9 11:55 - 12:22	GR3 - Coupe formation 3 11:45 - 12:22
ROTATION - 12:22		GR5 - Coupe formation 4
REPETITION AVANT EVALUATION - 12:30		
GR5 - Coupe formation 4 6 12:40 - 13:04		
FIN - 13:04		

INFORMATIONS

RESPONSABLES - SECTEUR 1 :

Marie DOMINGUES – GONCALVES : mariemolinier@yahoo.fr

Carole PARKOUDA : Krol0906@hotmail.com

ACCES AUX VESTIAIRES ET ZONES DE "PASSAGE" ET "TESTS PHYSIQUES"

L'accès est réservé strictement aux gymnastes et aux entraîneurs. Les parents ne sont pas autorisés à y accéder.

TENUES

Les gymnastes sont prié(e)s d'amener leur corde et une paire de baskets propres.

ENGAGEMENTS

REGLEMENT

Le paiement des engagements pourra être effectué soit par virement bancaire, soit par carte bancaire, soit par chèque à l'Ordre du CRIFGYM. Une facture vous sera délivrée. Nous vous encourageons à **payer à réception de facture**.

-  Règlement directement via EngaGym : www.ffgym.fr
-  Règlement par Carte Bancaire : sur le site du CRIFGYM : www.crif-ffgym.com
-  Règlement par virement : IBAN : FR76 1027 8062 1400 0201 1450 175 - BIC : CMCIFR2A

Préciser dans le libellé du virement, du paiement en ligne :

Le nom du club + son numéro d'affiliation fédéral + la compétition + la discipline concernée.

FORFAITS DEFINITIFS

Les forfaits définitifs (pas de passage à l'étape 1, ni à l'étape 2) doivent être déclarés uniquement sur l'Extranet Fédéral et prévenir les responsables cités plus haut

Jusqu'au 6 mars 2025 : Il n'y a pas de certificat médical à envoyer. Aucune amende ne sera appliquée. Le prix de l'engagement sera déduit.

À partir du 7 mars 2025 : Le délai étant dépassé, une amende pour forfait sera appliquée, sauf envoi par mail ou en pièce jointe lors de la déclaration sur l'Extranet d'un certificat médical. Le prix de l'engagement est dû.

Merci de toujours indiquer s'il s'agit d'un forfait définitif ou non.

CERTIFICAT MEDICAL

- À fournir en pièce jointe lors de la déclaration sur l'Extranet
- ou
- À envoyer **UNIQUEMENT** par mail à Mme Danièle AYEL : daniele-ayel@crif-ffgym.fr, au plus tard le mardi suivant la compétition. Indiquer le club, la catégorie et le niveau de la gymnaste concernée.

MUSIQUES :

Cerceau CF 3 et les enchaînements des CF4

- Support : clé USB avec le nom du club
- Dépôt : dès l'arrivée du club à la table de sonorisation

DEROULEMENT

Merci de bien faire attention au planning établi afin de débiter au bon engin (Mains-Libres ou engin programmé ou tests physiques) et sur le bon praticable.

PRISES DE VUES

Il n'est pas autorisé de prendre des photos ou des vidéos sur la zone de "compétition".

JUGEMENT

JURYS :

Réunion des juges : 8h30

- Les clubs sont tenus de fournir 2 juges licencié.e.s pour toute la journée de la rencontre.
- **Les juges s'inscrivent sur Engagym jusqu'au dimanche 9 mars 2025**
- Tou.te.s les juges officiant dans la journée doivent assister, en tenue réglementaire, à la réunion des juges. Éviter les jupes pour les juges notant les tests physiques.
- Le niveau de juge demandé est minimum juge 1 sauf pour les clubs avec des CF4 prévoir un juge 2 minimum.



Talons interdits

JURY CF3 : À VENIR

		PRATICABLE A	PRATICABLE B
CERCEAU	Difficultés		
	Exécution		
ML	Difficultés		
	Exécution		

JURY CF4 :

Attention, Niveau 2 minimum pour les juges DB, DA et Artistique

	CERCEAU	ML
DB		
DA		
ARTISTIQUE		
EXECUTION		

JURY TESTS PHYSIQUES CF3 ET 4 :

TESTS PHYSIQUES		
Fermeture		
Détente		
Sautillés		
Gainage (Épaules et Pointes de pieds pour CF4)		
Course 20m		
Facial		
Ecart Droit / Gauche		
Pont		

RAPPEL DES ELEMENTS ESSENTIELS AU CERCEAU ET DES GROUPES CORPORELS AU ML

À connaître et savoir juger par les juges Difficulté (vidéos disponibles sur le site de la FFG- base documentaire-CF) :

CERCEAU – Éléments essentiels	Bonus
CF3 EE1 : Dans le plan sagittal, Long roulement sur le buste- épaule- dos.	Avec passage sur segment bras épaule dos Critères DA
CF3 EE2 : Dans le plan sagittal, Élan, Rétro	Critères DA
CF3 EE3 : Toupies, main ouverte avec changement de main dans le dos	Critères DA
CF3 EE4 : Dans le plan sagittal, Rotations vers l'arrière, bras devant soi à l'horizontale, ½ circumduction vers le haut et l'arrière.	Vers l'avant Critères DA
CF3 EE5 : Dans le plan sagittal, lancer par élan, rattrapé au choix.	Rotation (360°) sous l'envol de l'engin Critères R DB sur le lancer ou le rattrapé
CF3 EE6 : Petit lancer en renversement (minimum 1 tour), rattrapé au choix.	Rotation (360°) sous l'envol de l'engin Critères R DB sur le lancer ou le rattrapé

ML	
GROUPES CORPORELS	DC de base : Valeur 3 points
EQUILIBRE	Arabesque
	Y Pied plat par développé
PIVOT	Pivot retiré en-dehors 1 tour
	Pivot attitude en-dedans 1 tour
SAUT	Petit enjambé 120° par battement
	Saut de biche appel 2 pieds

PROCEDURE POUR REMPLIR LES FICHES DIFFICULTES CERCEAU CF3

Remplir en priorité les fiches par ordinateur. Si cela n'est pas possible, les remplir manuscritement de façon lisible.

Les fiches D CERCEAU sont à déposer au début de la réunion de juge.

FICHE DIFFICULTE CERCEAU :

1/ Noter le nom, le prénom, et le club du/de la gymnaste.

2/ **Le surligner**

3/ Mettre Prat A ou Prat B en fonction du praticable sur lequel passe le/la gymnaste

4/ Remplir les cases N°1, N°2, N°3, N°4, N°5 et N°6 avec les éléments essentiels du cerceau, dans l'ordre de l'enchaînement, comme écrit dans le tableau ci-dessous (les vidéos des éléments sont disponible sur le site de la FFG).

5/ Recommencer les étapes 1 à 4 pour chaque gymnaste du club

(2 tableaux/feuille : 1 tableau = 1 gymnaste ; 1 feuille = 2 gymnastes)

6/ Trier par praticable, par ordre de passage.

7/ Déposer les fiches CF3 triées au début de la réunion de juge

Éléments essentiels CF3 Cerceau	Noter sur la fiche
CF3 EE1 Dans le plan sagittal, Long roulement sur le buste-épaule-dos	Roulements sur le corps
CF3 EE2 Dans le plan sagittal, Élan, Rétro	Roulements sur le sol
CF3 EE3 Toupies, main ouverte avec changement de main dans le dos	Rotations autour d'un axe
CF3 EE4 Dans le plan sagittal, Rotations vers l'arrière, bras devant soi à l'horizontale, ½ circumduction vers le haut et l'arrière	Rotations autour d'un point
CF3 EE5 Dans le plan sagittal, lancer par élan, rattrapé au choix	Lancers : plan sagittal
CF3 EE6 Petit lancer en renversement (minimum 1 tour), rattrapé au choix	Lancers renversement

PROTOCOLE DES TESTS PHYSIQUES

Tests de souplesse	Protocole	Notation
Écarts antéropostérieurs	Effectuer un grand écart dans le plan antéropostérieur. Le placement est très important dans ce test : le bassin et les épaules de face, jambes tendues, bras latéraux et buste redressé... Si la gymnaste ne touche pas le sol, mesurer la distance entre le pubis et le sol en « cms - ». Si la gymnaste présente de bonnes qualités de souplesse, elle pourra tenter le test en surélevé. 3 évaluateurs sont indispensables pour les écarts surélevés. Le premier reste derrière la gymnaste en lui maintenant le bassin en place si nécessaire, le second soulève la jambe avant en l'aidant à maintenir l'articulation de la hanche au sol et le troisième prend la mesure. Le pubis doit toucher le sol.	Mesurer la distance (verticale) entre le sol et le talon (partie la plus basse), et indiquer la mesure en «cm + ». Plus que le grand écart en « cm + » (surélevé), moins que le grand écart en « cm - ».
Écart facial	Effectuer un grand écart facial. Le placement est très important dans ce test : les pieds, les genoux et le bassin doivent être alignés. La poitrine est posée au sol. Les jambes sont tendues. Si la gymnaste n'arrive pas à tendre ses jambes, il faut veiller à l'alignement des genoux et du bassin. 2 évaluateurs sont indispensables Si la gymnaste ne touche pas le sol, mesurer la distance (verticale) entre le pubis et le sol en « cm - ». Si la gymnaste présente de bonnes qualités de souplesse, elle pourra tenter le test en surélevé. Le premier reste derrière la gymnaste en lui maintenant le bassin en place si nécessaire, et soulève la jambe choisie par la gymnaste et le second prend la mesure. Le pubis doit toucher le sol.	Mesurer la distance (verticale) entre le sol et le talon (partie la plus basse), et indiquer la mesure en «cm + ». Plus que le grand écart en « cm + » (surélevé), moins que le grand écart en « cm - »
Fermeture tronc-jambes	Placer les orteils au bord de la caisse. Descendre le plus bas possible en maintenant les jambes tendues. Mesurer la distance entre le haut de la caisse et le majeur de la main la plus haute. Le premier évaluateur est derrière la gymnaste, pour veiller à l'extension des genoux et à la verticalité des jambes, le second prend la mesure.	Noter la performance mesurée en cm. En « cm - » si la gymnaste ne touche pas le sol.
Pont	Effectuer un pont. Tendre les bras (écartement : largeur épaules), les poignets placés sur une ligne matérialisée. Les jambes sont tendues et serrées. 2 évaluateurs sont indispensables : le premier se place devant la poitrine de la gymnaste et la manipule avec prudence afin qu'elle développe sa souplesse, le second contrôle si la gymnaste a les jambes tendues et les pieds serrés, et prend la mesure de la distance entre l'aplomb des poignets (ligne) et les talons (partie la plus proche des poignets).	Noter la performance mesurée en cm.

Tests Dynamiques	Protocole	Notation
Détentes saut en longueur (Pieds nus)	Mettre les pieds au bord de la ligne (écartement : largeur du bassin). Sauter le plus loin possible. Mesurer la distance entre la ligne d'appel et le point de réception le plus proche de cette ligne. Pour être comptabilisé, le saut doit être stabilisé (sursaut et pose des mains non autorisés) ; dans le cas contraire, il ne doit pas être mesuré mais l'essai est validé. Possibilité de réaliser 3 essais.	Noter la meilleure performance mesurée en cm
Sautillés à la corde (Pieds nus)	Effectuer le maximum de sautillés en 30 secondes. Si la gymnaste se prend les pieds dans la corde, ne pas comptabiliser le sautillé. Démarrer le chronomètre quand la gymnaste entre en action.	Noter le nombre de sautillés réalisés en 30 secondes
Gainage (Avec ballon de basket)	Position de départ : la gymnaste se met en position de « pompe » sur les coudes (face au sol). Les épaules doivent être à l'aplomb de la ligne des coudes. Les chevilles sont en appuis (au niveau de la malléole) sur un ballon de basket bien gonflé, pieds non crochétés sur le ballon, jambes tendues et serrées, pieds en 6 ^{ème} , corps gainé (en ayant soin d'effacer la courbure lombaire). Quand la gymnaste ne parvient pas à se positionner correctement et rapidement, le résultat est égal à 0. Dès que la position est dégradée (flexion des jambes, relâchement de la position, cambrure...) le chronomètre est arrêté.	Noter le temps de maintien en secondes
Course de 20m (En baskets)	Départ pieds écartés à la largeur du bassin, jambes demi fléchies, mains sur les genoux. Lancement du chronomètre quand le premier pied décolle. Arrêt du chronomètre quand le corps (quel que soit la partie) passe la ligne d'arrivée. Le chronométreur sera placé perpendiculairement à la ligne d'arrivée. Mettre un repère à 20 m pour l'arrêt du chronomètre mais matérialiser réellement l'arrivée à 25 m pour éviter que les gymnastes ralentissent avant la distance à effectuer. Un évaluateur contrôle le parcours (placé près de la ligne de départ), l'autre chronomètre (placé près de la ligne d'arrivée).	Noter le temps en centièmes de seconde.

Pour toutes questions ou informations supplémentaires, n'hésitez pas à contacter :

Marie GONCALVES au 0667873819 ou à mariemolinier@yahoo.fr

DIFFICULTE ENCHAINEMENTS ENGIN – CF3

Nom : _____ Prénom : _____
 Club : _____ Praticable A / Praticable B (Entourer le bon Praticable)

Intitulé des 6 ELEMENTS ESSENTIELS	J1			J2		
	Difficultés : 3 à 0 pt	BONUS : 1pt par Critère ; 2pts par rotation sous l'engin	D+BONU S = TOTAL POINTS	Difficultés : 3 à 0 pt	BONUS : 1pt par Critère ; 2pts par rotation sous l'engin	D+BONU S = TOTAL POINTS
E1 :						
E2 :						
E3 :						
E4 :						
E5 :						
E6 :						
NOTE DIFFICULTE (Addition du total points des 6 éléments)						
MOYENNE DIFFICULTE J1/J2						

Signature J1 :

Signature J2 :

✂ -----

DIFFICULTE ENCHAINEMENTS ENGIN – CF3

Nom : _____ Prénom : _____
 Club : _____ Praticable A / Praticable B (Entourer le bon Praticable)

Intitulé des 6 ELEMENTS ESSENTIELS	J1			J2		
	Difficultés : 3 à 0 pt	BONUS : 1pt par Critère ; 2pts par rotation sous l'engin	D+BONU S = TOTAL POINTS	Difficultés : 3 à 0 pt	BONUS : 1pt par Critère ; 2pts par rotation sous l'engin	D+BONU S = TOTAL POINTS
E1 :						
E2 :						
E3 :						
E4 :						
E5 :						
E6 :						
NOTE DIFFICULTE (Addition du total points des 6 éléments)						
MOYENNE DIFFICULTE J1/J2						

Signature J1 :

Signature J2 :

Ordre de passage nominatif - GR - ETAPE 1 COUPE FORMATION 3 et 4 du 15/03/2025 au 16/03/2025 - VITRY

16/03/2025

DEBUT - 09:25

DEFILÉ Groupe 1 - 09:25

REPETITION AVANT EVALUATION - 09:30

Subdivision 1 : 09:40 - 10:06

Categories: GR - Coupe formation 3

Rotation 1: 09:40 - 09:53

VITRY - PRAT A
VITRY - PRAT B

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Adèle CLOT GRS PARIS CENTRE
3	Julie COMTE KOURYCHEVA GRS PARIS CENTRE
5	Fatima-Elodie DIALLO GRS PARIS CENTRE
7	Aminerdene KHISHIGNYAM GRS PARIS CENTRE
9	Agathe LE COQ GRS GLACIERE XIII PARIS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Emilie LECOEUR GRS PARIS CENTRE
4	Romy LIWER GRS PARIS CENTRE
6	Anna DUPLOUY L'ANCIENNE DE PARIS
8	Ileana MIHAI L'ANCIENNE DE PARIS
10	

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Zoé MANIER GRS PARIS CENTRE
3	Angelica MELLANGER GRS PARIS CENTRE
5	Elyna PETESCH GRS PARIS CENTRE
7	Kiara RAGUEL EGREMONTE GRS PARIS CENTRE
9	Louise MORERA GRS GLACIERE XIII PARIS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Rebecca VAIDA GRS PARIS CENTRE
4	
6	Cassandre MOTTE DA COSTA L'ANCIENNE DE PARIS
8	Mahé PENONE L'ANCIENNE DE PARIS
10	Liliane SPIELMANN L'ANCIENNE DE PARIS

Rotation 2: 09:53 - 10:06

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Emilie LECOEUR GRS PARIS CENTRE
3	Romy LIWER GRS PARIS CENTRE
5	Anna DUPLOUY L'ANCIENNE DE PARIS
7	Ileana MIHAI L'ANCIENNE DE PARIS
9	

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Adèle CLOT GRS PARIS CENTRE
4	Julie COMTE KOURYCHEVA GRS PARIS CENTRE
6	Fatima-Elodie DIALLO GRS PARIS CENTRE
8	Aminerdene KHISHIGNYAM GRS PARIS CENTRE
10	Agathe LE COQ GRS GLACIERE XIII PARIS

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Rebecca VAIDA GRS PARIS CENTRE
3	
5	Cassandre MOTTE DA COSTA L'ANCIENNE DE PARIS
7	Mahé PENONE L'ANCIENNE DE PARIS
9	Liliane SPIELMANN L'ANCIENNE DE PARIS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Zoé MANIER GRS PARIS CENTRE
4	Angelica MELLANGER GRS PARIS CENTRE
6	Elyna PETESCH GRS PARIS CENTRE
8	Kiara RAGUEL EGREMONTE GRS PARIS CENTRE
10	Louise MORERA GRS GLACIERE XIII PARIS

ROTATION et DEFILÉ Groupe 2 - 10:06

REPETITION AVANT EVALUATION - 10:15

Subdivision 2 : 10:25 - 10:52

Categories: GR - Coupe formation 3

Rotation 1: 10:25 - 10:41

VITRY - PRAT A
VITRY - PRAT B

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Margot BOUBARNE GR VAL D'EUROPE
3	Clea CHAABI GR VAL D'EUROPE
5	Aliya GHAZI GR VAL D'EUROPE
7	Mila JELENKOVIC GR VAL D'EUROPE
9	Chloé CHEVRIER PARIS 12-UAC

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Naya BACAR BALLAINVILLIERS-GRB
4	Ana-Carla GALLINARI BALLAINVILLIERS-GRB
6	Ella MERMOUD GASSER BALLAINVILLIERS-GRB
8	Lya ROBERT BALLAINVILLIERS-GRB
10	Emma GUEGAN PARIS 12-UAC

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Léa MEQUIGNON GR VAL D'EUROPE
3	Inès RUTH GR VAL D'EUROPE
5	Ilyana SIMON BRINDEL GR VAL D'EUROPE
7	Inaya THILLOIS GR VAL D'EUROPE
9	Gina PETROVSKI PARIS 12-UAC

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Nayelle SALVAZET FAYE BALLAINVILLIERS-GRB
4	Naomi SEBAS BALLAINVILLIERS-GRB
6	Alicia ZIELINSKI BALLAINVILLIERS-GRB
8	
10	

Rotation 2: 10:41 - 10:57

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Naya BACAR BALLAINVILLIERS-GRB
3	Ana-Carla GALLINARI BALLAINVILLIERS-GRB
5	Ella MERMOUD GASSER BALLAINVILLIERS-GRB
7	Lya ROBERT BALLAINVILLIERS-GRB
9	Emma GUEGAN PARIS 12-UAC

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Margot BOUBARNE GR VAL D'EUROPE
4	Clea CHAABI GR VAL D'EUROPE
6	Aliya GHAZI GR VAL D'EUROPE
8	Mila JELENKOVIC GR VAL D'EUROPE
10	Chloé CHEVRIER PARIS 12-UAC

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Nayelle SALVAZET FAYE BALLAINVILLIERS-GRB
3	Naomi SEBAS BALLAINVILLIERS-GRB
5	Alicia ZIELINSKI BALLAINVILLIERS-GRB
7	
9	

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Léa MEQUIGNON GR VAL D'EUROPE
4	Inès RUTH GR VAL D'EUROPE
6	Ilyana SIMON BRINDEL GR VAL D'EUROPE
8	Inaya THILLOIS GR VAL D'EUROPE
10	Gina PETROVSKI PARIS 12-UAC

ROTATION et DEFILÉ Groupe 3 - 10:52

Ordre de passage nominatif - GR - ETAPE 1 COUPE FORMATION 3 et 4 du 15/03/2025 au 16/03/2025 - VITRY

16/03/2025

REPETITION AVANT EVALUATION - 11:00

Subdivision 3 : 11:10 - 11:37

Categories: GR - Coupe formation 3

Rotation 1: 11:10 - 11:23

VITRY - PRAT A

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Maia ALLAMELE TOISON CERGY PONTOISE-CPGR
3	Moli ELAROUTI CERGY PONTOISE-CPGR
5	Joy LEMAIRE HAQUIN CERGY PONTOISE-CPGR
7	Sirine METTOUCHI CERGY PONTOISE-CPGR
9	Margot FEUGEAS CHEVREUSE GRS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Ayana GUERET RYTHMIC'S CLUB CRECY
4	Lola MILLAT-HANRIO RYTHMIC'S CLUB CRECY
6	Maelyse PALAGONIA RYTHMIC'S CLUB CRECY
8	Victoire FRUGIER CHEVREUSE GRS
10	Justine MENGUY CHEVREUSE GRS

VITRY - PRAT B

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Emma PLANTE AUDOIN CERGY PONTOISE-CPGR
3	Nina SEILLERY CERGY PONTOISE-CPGR
5	Maele SOUTARSON CERGY PONTOISE-CPGR
7	
9	Mélina MOEC HALILEM CHEVREUSE GRS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Rose PERUCCA RYTHMIC'S CLUB CRECY
4	Maeva POIRETTE RYTHMIC'S CLUB CRECY
6	Marion REDONDO RYTHMIC'S CLUB CRECY
8	Abigaëlle THURAT CHEVREUSE GRS
10	

Rotation 2: 11:23 - 11:36

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Ayana GUERET RYTHMIC'S CLUB CRECY
3	Lola MILLAT-HANRIO RYTHMIC'S CLUB CRECY
5	Maelyse PALAGONIA RYTHMIC'S CLUB CRECY
7	Victoire FRUGIER CHEVREUSE GRS
9	Justine MENGUY CHEVREUSE GRS

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Maia ALLAMELE TOISON CERGY PONTOISE-CPGR
4	Moli ELAROUTI CERGY PONTOISE-CPGR
6	Joy LEMAIRE HAQUIN CERGY PONTOISE-CPGR
8	Sirine METTOUCHI CERGY PONTOISE-CPGR
10	Margot FEUGEAS CHEVREUSE GRS

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Rose PERUCCA CERGY PONTOISE-CPGR
3	Maeva POIRETTE RYTHMIC'S CLUB CRECY
5	Marion REDONDO RYTHMIC'S CLUB CRECY
7	Abigaëlle THURAT CHEVREUSE GRS
9	

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Emma PLANTE AUDOIN CERGY PONTOISE-CPGR
4	Nina SEILLERY CERGY PONTOISE-CPGR
6	Maele SOUTARSON CERGY PONTOISE-CPGR
8	
10	Mélina MOEC HALILEM CHEVREUSE GRS

ROTATION et DEFILÉ Groupe 4 - 11:37
REPETITION AVANT EVALUATION - 11:45

Subdivision 4 : 11:55 - 12:21

Categories: GR - Coupe formation 3

Rotation 1: 11:55 - 12:08

VITRY - PRAT A

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Jade KERVELLA CLUB GYMNIQUE ERMONT
3	Olivia LEGRAND CLUB GYMNIQUE ERMONT
5	Joanna BOULARD CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
7	Olena BURLA FRANCONVILLE-AGF
9	Mathilde DOBO FRANCONVILLE-AGF

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Emma ABDUL SATTAR PARIS RYTHMIQUE
4	Emna BENGHERBIA PARIS RYTHMIQUE
6	Inaya ALEM ARGENTEUIL-COMAGR
8	Nelia HARBI ARGENTEUIL-COMAGR
10	Lina ARABI CLUB GYMNIQUE AULNAYSIEN

VITRY - PRAT B

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Bah anaelle SABANU CLUB GYMNIQUE ERMONT
3	Alicia SCHMUTZ CLUB GYMNIQUE ERMONT
5	Laura GALOPIN CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
7	Magdalena KOVAC FRANCONVILLE-AGF
9	

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Sofia DOVHAN PARIS RYTHMIQUE
4	Lynna LE ROUX MAREM PARIS RYTHMIQUE
6	Janna MAHFOUD ARGENTEUIL-COMAGR
8	
10	Inès FRÈRE CLUB GYMNIQUE AULNAYSIEN

Rotation 2: 12:08 - 12:21

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Emma ABDUL SATTAR PARIS RYTHMIQUE
3	Emna BENGHERBIA PARIS RYTHMIQUE
5	Inaya ALEM ARGENTEUIL-COMAGR
7	Nelia HARBI ARGENTEUIL-COMAGR
9	Lina ARABI CLUB GYMNIQUE AULNAYSIEN

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Jade KERVELLA CLUB GYMNIQUE ERMONT
4	Olivia LEGRAND CLUB GYMNIQUE ERMONT
6	Joanna BOULARD CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
8	Olena BURLA FRANCONVILLE-AGF
10	Mathilde DOBO FRANCONVILLE-AGF

GR - COUPE FORMATION 3 - MAINS LIBRES	
1	Sofia DOVHAN PARIS RYTHMIQUE
3	Lynna LE ROUX MAREM PARIS RYTHMIQUE
5	Janna MAHFOUD ARGENTEUIL-COMAGR
7	
9	Inès FRÈRE CLUB GYMNIQUE AULNAYSIEN

GR - COUPE FORMATION 3 - CERCEAU	
2	Bah anaelle SABANU CLUB GYMNIQUE ERMONT
4	Alicia SCHMUTZ CLUB GYMNIQUE ERMONT
6	Laura GALOPIN CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
8	Magdalena KOVAC FRANCONVILLE-AGF
10	

ROTATION et DEFILÉ Groupe 5 - 12:21

Ordre de passage nominatif - GR - ETAPE 1 COUPE FORMATION 3 et 4 du 15/03/2025 au 16/03/2025 - VITRY

16/03/2025

REPETITION AVANT EVALUATION - 12:30

Subdivision 5 : 12:40 - 13:04

Categories: GR - Coupe formation 4

Rotation 1: 12:40 - 12:52

GR - COUPE FORMATION 4 - CERCEAU

1	Alicia DANTON PARIS 12-UAC
2	Elena SEFOUNI CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
3	Adélie MUSA LABARRIERE GRS PARIS CENTRE
4	Ljuba RAPIN PARIS 12-UAC
5	Mariia SHARAN GRS PARIS CENTRE
6	Adjana astou SARR PARIS 12-UAC

Rotation 2: 12:52 - 13:04

GR - COUPE FORMATION 4 - MAINS LIBRES

1	Alicia DANTON PARIS 12-UAC
2	Elena SEFOUNI CREGY LES MEAUX-ACSLDCLM GR
3	Adélie MUSA LABARRIERE GRS PARIS CENTRE
4	Ljuba RAPIN PARIS 12-UAC
5	Mariia SHARAN GRS PARIS CENTRE
6	Adjana astou SARR PARIS 12-UAC

FIN - 13:04