

**Organigramme Prévisionnel : Compétition Inter Départementale – Secteur 1  
Individuelle Performance Nationale – Régionale et Fédéral A – TREMBLAY**

• **Programme Performance FFG : 5'**

Temps ajusté en fonction du nombre de gymnastes à l'agrès (si 4 gymnastes 4', si 6 gymnastes 6').

Saut : les gymnastes peuvent réaliser 4 sauts d'échauffement maximum.

Barres asymétriques : 1' par gymnaste (1<sup>er</sup> passage 20 sec et 2<sup>nd</sup> passage 40 sec)

Poutre : 1' par gymnaste en une seule fois

Sol 5' : quel que soit le nombre de gymnastes.

• **Programme Performance Code FIG aménagé : 7'**

Temps ajusté en fonction du nombre de gymnastes à l'agrès 1'20 par gymnaste.

Saut les gymnastes peuvent réaliser 5 sauts d'échauffement maximum.

Barres asymétriques 2 x 40 sec par gymnaste.

Poutre : 1'20 par gymnaste en une seule fois

Sol 7' quel que soit le nombre de gymnastes.

Appel 40' avant le début de chaque subdivision – 30' d'échauffement articulaire en salle annexe

## Samedi 14 Février 2026

Performance Nat – 10 ans (20 gyms)	9h00 à 10h55 (1h55)	Performance - Nat 11 ans (22 gyms)
<b>Palmarès Performance Nationale – 10 ans – 11 ans à 11h00</b>		
Performance Nat – 12 ans (19 gyms)	11h45 à 13h20 (1h35)	Performance Nat – 13 ans (19 gyms)
<b>Palmarès Performance Nationale – 12 ans et 13 ans à 13h25</b>		
Performance Nat – 14 ans (12 gyms) Performance Nat – 17 ans (13 gyms)	14h20 à 16h40 (2h20)	Performance Nat – 16 ans (10 gyms) Performance Nat – 15 ans (15 gyms) Performance Nat – 21 ans + (1 gym)
<b>Palmarès Performance Nat – 14 ans – 15 ans et 16 ans à 16h45</b>		
Performance Nat – 17 ans (2 gyms) Performance Nat – 18/20 ans (22 gyms) OPT – 7 Barres – 6 Poutre et 6 Sol	17h30 à 20h00 (2h30)	Performance Nat – 21 ans et + (30 gyms)
<b>Palmarès Nat 17 ans – 18/20 ans – 21 ans et + et OPT à 20h05</b>		

## Dimanche 15 Février 2026

Performance Rég – 7 ans (11 gyms) Performance Rég – 9 ans (3 gyms)	9h00 à 10h30 (1h30)	Performance Rég – 8 ans (15 gyms)
Performance Rég – 9 ans (20 gyms)	10h30 à 12h15 (1h45)	Performance Rég – 8 ans (20 gyms)
<b>Palmarès Performance Rég 7 ans – 8 ans – 9 ans à 12h20</b>		
Performance Rég – 16 ans (17 gyms)	13h15 à 15h00 (1h50)	Performance Rég - 17 ans (9 gyms) Performance Rég – 15 ans (15 gyms)
Performance Rég – 21 ans + (20 gyms)	15h00 à 16h35 (1h35)	Performance Rég – 17 ans (5 gyms) Performance Rég – 18/20 ans (15 gyms)
<b>Palmarès Performance Rég 16 ans – 17 ans – 18/20 ans et 21 ans et + à 16h40</b>		

**Organigramme Prévisionnel : Compétition Inter Départementale – Secteur 1  
Individuelle Performance Nationale – Régionale et Fédéral A – VILLEPARISIS**

**Echauffement : Référence à la lettre FFGYM**

- **Fédéral A** : 4' quelque que soit le nombre de gymnastes à l'agrès

Appel 40' avant le début de chaque subdivision – 30' d'échauffement articulaire en salle annexe

## Samedi 14 Février 2026

Performance Rég – 12/13 ans (26 Gyms)	9h00 à 11h00 (2h00)	Performance Rég – 10/11 ans (11 gyms) Performance Rég – 14 ans (12 gyms)
<b>Palmarès Performance Rég – 10/11 ans – 12/13ans et 14 ans à 11h05</b>		
Fed A – 10 ans (30 gyms)	11h45 à 13h35 (1h50)	Fed A – 12 ans (30 gyms)
Fed A – 11 ans (30 gyms)	13h35 à 15h25 (1h50)	Fed A – 13 ans (30 gyms)
<b>Palmarès Fed A – 10 ans – 11 ans et 12 ans à 15h30</b>		
Fed A – 14 ans (30 gyms)	16h15 à 18h05 (1h50)	Fed A – 13 ans (6 gyms) Fed A – 15 ans (24 gyms)
Fed A – 16 ans (15 gyms) Fed A – 17 ans (15 gyms)	18h05 à 19h55 (1h50)	Fed A – 15 ans (6 gyms) Fed A – 18 ans + (24 gyms)
<b>Palmarès Fed A – 13 ans - 16 ans – 17 ans et 18 ans et + à 20h00</b>		