

FFGym Région **IDF**
gymnastique



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
Gym

**COUPES
niv. 3**

**FORMATIONS
& 4**

8 février 2026

étape 1 - Secteur 2

**Gymnase
Jesse OWENS**
RIS-ORANGIS

MC
MON CLUB



RIS-ORANGIS

Crédit **Mutuel**

Quatro
FREEDOM TO PERFORM

GYMNOVA

**AGENCE
NATIONALE
DU SPORT**



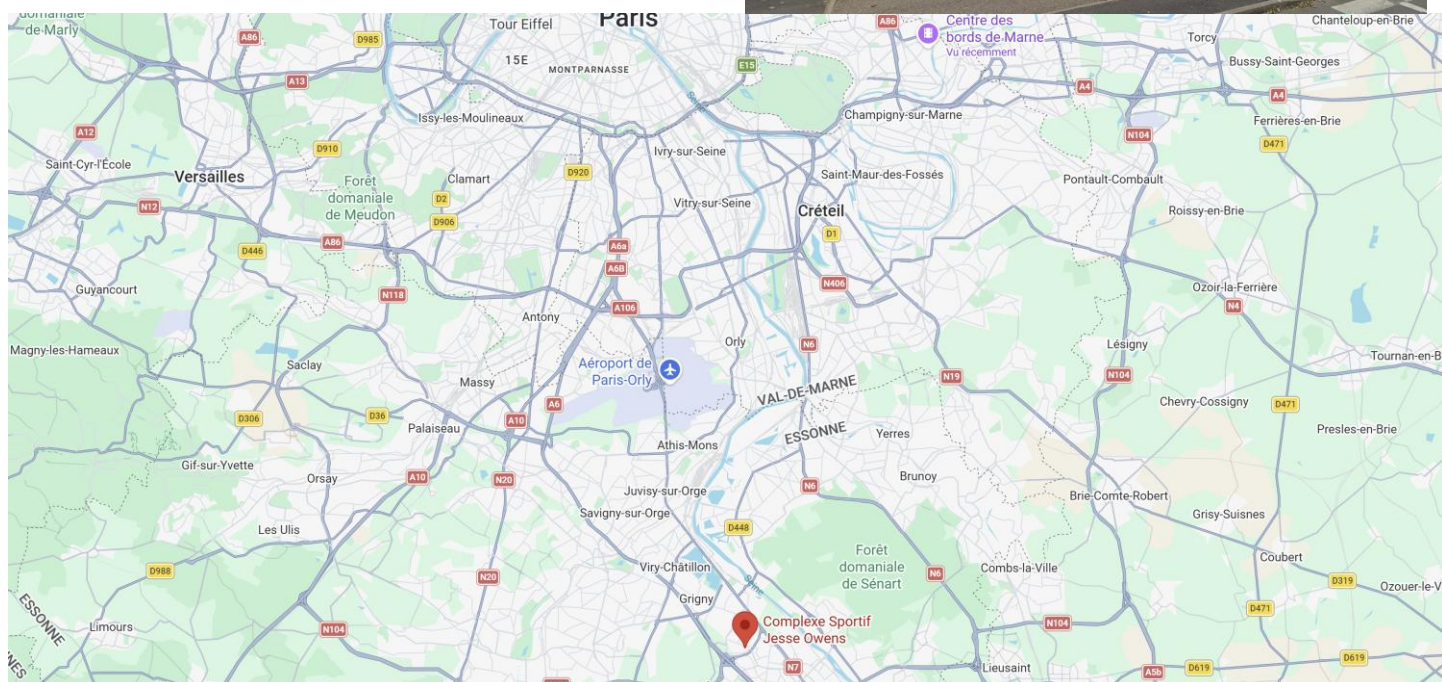
MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE
ASSOCIATIVE

**Région
île de France**

ADRESSE :

GYMNASE JESSE OWENS

3 Av. de l'Aunette,
91130 Ris-Orangis



RECOMMANDATIONS

Parking gratuit à disposition



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.

INFORMATIONS

RESPONSABLES - SECTEUR 2 :

Aurore HADET : aurore.hadet@gmail.com

Marie DOMINGUES-GONCALVES : mariemolinier@yahoo.fr

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. 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 citées plus haut

Jusqu'au 29 janvier 2026 : 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 30 janvier 2026 : 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 :

Coupe niveau 3

- Télécharger sur DJGym

Rattrapages CF4

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

PRISES DE VUES

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

JUGEMENT



1 JURY MATIN ET 1 JURY APRES-MIDI

- 2 juges par clubs car les tests physiques se feront en même temps que les passages ml
- **Les juges s'inscrivent sur Engagym avant le 2 février 2026**
- 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 2.
- Talons interdits

JURYS MATIN

8H40 : REUNION DE JUGE

JURY CF4 :

Attention, Niveau 3 minimum pour les juges DB, DA et Artistique. Les juges noteront l'engin puis le ML.

	ENGIN puis ML
DB	PARIS CENTRE
	ISSY LES M.
DA	BALLAINVILLIERS
	SUCY EN BRIE
ARTISTIQUE	RUEIL MALMAISON
	ST GERMAIN LES A.
	/
	/
EXECUTION	CLAMART
	CORBEIL ESSONNES
	GLACIERE XIII
	CRETEIL

JURY TESTS ENGIN CERCEAU ET RUBAN CF4

A1	A2	A3	A4
PARIS CENTRE	GLACIERE	PARIS CENTRE	SUCY
ISSY	BALLAINVILLIERS	CRETEIL	ST GERMAIN LES A.

B1	B2	B3	B4
ISSY	CORBEIL	ST GERMAIN LES A.	/
CLAMART	RUEIL	RUEIL	/

JURY TESTS PHYSIQUES CF3 ET 4 :

Les juges se doivent de savoir juger tous les tests pour pouvoir aider s'il y a trop de monde sur un autre atelier que le sien.

Ecart Droit / Gauche / Facial	ISSY	PARIS CENTRE
Fermeture	ST GERMAIN LES A.	
Détente	RUEIL	
Sautillers / Epaules	SUCY	
Pont	GLACIERE	BALLAINVILLIERS
Course 20m	CRETEIL	CORBEIL
Gainage (CF3) – Pointe de pieds (CF4)	CLAMART	

JURY ML CF3 :

	JURY 1	JURY 2
DB1	ISSY	CORBEIL
DB2	BALLAINVILLIERS	SUCY
EXE1	CRETEIL	RUEIL
EXE2	PARIS CENTRE	ST GERMAIN LES A.
EXE3	CLAMART	GLACIERE

JURY TESTS ENGINS CERCEAU ET RUBAN CF3

A1	A2	A3	A4
ISSY	GLACIERE	SUCY	ST GERMAIN LES A.
GLACIERE	RUEIL	BALLAINVILLIERS	PARIS CENTRE

B1	B2	B3	B4
BALLAINVILLIERS	CORBEIL	CORBEIL	SUCY
CLAMART	PARIS CENTRE	RUEIL	CRETEIL

JURYS APRES-MIDI

13H40 : REUNION DE JUGE

JURY TESTS PHYSIQUES CF3 :

Les juges se doivent de savoir juger tous les tests pour pouvoir aider s'il y a trop de monde sur un autre atelier que le sien.

Ecart Droit / Gauche / Facial	CLAMART	CRETEIL
Fermeture	ANTONY	
Détente	ISSY	
Sautillers / Epauls	THIAIS	
Pont	RUEIL	PARAY
Course 20m	BRIIS /S FORGE	CHEVREUSE
Gainage	ASRA	

JURY ML CF3 :

	JURY 1	JURY 2
DB1	RUEIL	ASRA
DB2	THIAIS	CRETEIL
EXE1	PARAY	BRIIS /S FORGE
EXE2	GLACIERE	ISSY
EXE3	ANTONY GR	CHEVREUSE

JURY TESTS ENGINS CERCEAU ET RUBAN CF3

A1	A2	A3	A4
PARAY	ASRA	ASRA	CLAMART
THIAIS	RUEIL	ISSY	ANTONY

B1	B2	B3	B4
PARAY	THIAIS	CRETEIL	GLACIERE
CHEVREUSE	CHEVREUSE	BRIIS /S FORGE	BRIIS /S FORGE

A CONNAITRE ET SAVOIR JUGER PAR LES JUGES DB (VIDEOS DISPONIBLES SUR LE SITE DE LA FFG- BASE DOCUMENTAIRE-CF)

ML CF3		
GROUPES CORPORELS	DC de base : Valeur 3 points	BONUS (1PT PAR BONUS)
EQUILIBRE	Arabesque	Sur ½ pointe
	Y Pied plat par développé	Sur ½ pointe En battement
PIVOT	Pivot retiré en-dehors 1 tour	Par ½ tour supplémentaire
	Pivot attitude en-dedans 1 tour	Par ½ tour supplémentaire
SAUT	Petit enjambé 120° par battement	180° et + Enjambé boucle ou cambré
	Saut de biche appel 2 pieds	Biche boucle ou cambré

	CF3	
	CERCEAU	RUBAN
Elément 1	Dans le plan sagittal, Long roulement sur le buste-épaule- dos	Dans le plan frontal, 2 à 4 circumductions avec franchissements en marchant suivi d'un mouvement en 8 dorsal/frontal, ou l'inverse.
Elément 2	Dans le plan sagittal, Élan, Rétro	Dans le plan horizontal, circumduction en spirales (avec ou sans cambrer).
Elément 3	Toupies, main ouverte avec changement de main dans le dos	Sans arrêter les dessins, bras en haut, serpentins derrière soi en avançant, descente des serpentins devant soi jusqu'au sol, les remonter devant soi sur place.
Elément 4	Dans le plan sagittal, Rotations vers l'arrière, bras devant soi à l'horizontale, ½ circumduction vers le haut et l'arrière	Roulement de la baguette sur les 2 bras parallèles devant soi, des épaules jusqu'aux mains, circumduction ou élan avant et après le roulement.
Elément 5	Dans le plan sagittal, lancer par élan, rattrapé au choix	Dans le plan frontal, échappé avec rotation de la baguette au-dessus de la tête, rattraper de l'autre main (sur place ou après un pas).
Elément 6	Petit lancer en renversement (minimum 1 tour), rattrapé au choix	Première phase du lancer boomerang. Attraper le bout du ruban et lancer par le tissu le ruban devant soi.

	CF4	
	CERCEAU	RUBAN
Elément 1	Long roulement devant le corps sur les 2 bras (avec ou sans pas).	Circumduction en spirales en tournant (360°), « Fleur ».
Elément 2	Long roulement derrière la tête sur les 2 bras (avec ou sans pas).	Sans arrêter les dessins, bras en haut, serpentins derrière soi en avançant, descente du bras, changement de plan devant soi.
Elément 3	Toupies main ouverte, à l'oblique haute, sans transmission.	« Tire-bouchon » « Epéiste ».
Elément 4	Rotations autour d'un point avec transmission de la main à une autre partie du corps autre que la main, ou inversement.	Dans le plan sagittal, échappé avec rotation de la baguette au-dessus de la tête, ½ tour, rattraper.
Elément 5	Dans le plan sagittal, lancer à partir d'une seule rotation arrière, rattrapé au choix.	Lancer Boomerang au choix.
Elément 6	Lancer en renversement	Lancer au choix dans le plan sagittal vers l'avant ou vers l'arrière par le tissu, rattrapé au choix.

AIDE A LA NOTATION

Enchaînements Coupe Niveau 4	Notation code FIG (voir programme Nat 10/11 ans)
Enchaînement ML Coupe Niveau 3	- JUGE DB - DC sur base de 3 pts + Bonus - JUGE EXE - Notation code FIG - ART - Pas de notation
Tests Techniques	2 juges notent à la fois l'élément essentiel et son exécution. Base à 3 pts à laquelle on enlève les pénalités si besoin et on ajoute les bonus si présentés.

FICHES DE NOTATION A APPORTER – POUR CHAQUE GYMNASTE

Imprimer une feuille de chaque type par gymnastes (et les découper pour TEST PHYSIQUES et ML)

Bien indiquer les DC pour le ML.

CF 3 - TESTS PHYSIQUES	
NOM-Prénom	
NOM du CLUB	
TESTS « DYNAMIQUES »	
Détente horizontale en cm	
Sautillés	
Gainage En secondes	
Course de 20m en 100ème de seconde	
TESTS « SOUPLESSE »	
Écart droit surélevé en cm (+ ou – avec 1 décimale)	
Écart gauche surélevé en cm (+ ou – avec 1 décimale)	
Écart facial en cm (+ ou – avec 1 décimale)	
Fermeture tronc/jambes en cm (+ ou – avec 1 décimale)	
Pont en cm (avec 1 décimale)	
Pointes de pied en cm (avec 1 décimale)	

CF 3 – DB MAINS LIBRES		
NOM-Prénom		PRAT A <input type="checkbox"/>
NOM du CLUB		PRAT B <input type="checkbox"/>

Entourer le bon praticable

		Juge 1			Juge 2		
6 DC ML 3 pts chacune	BONUS 1pt par Critère	D : NOTE DE DEPART BASE+ BONUS	P : PEN. Fautes Exé. X10	T=D-P TOTAL POINTS	D : NOTE DE DEPART BASE+ BONUS	P : PEN. Fautes Exé. X10	T=D-P TOTAL POINTS
NOTE DIFFICULTE (Addition du total points des 6 difficultés)		/ 18			/18		

Signature J1 :

Signature J2 :

NOM-Prénom							
NOM du CLUB							
TESTS TECHNIQUES CF3 RUBAN							
6 ELEMENTS ESSENTIELS 3 points chacun	BONUS 1pt par Critère 2pts par tr sous l'engin	D : NOTE DEPART BASE+BONUS	P : PENA. Fautes Exé. X 10	T =D-P TOTAL POINTS	D : NOTE DEPART BASE+BONUS	P : PENA. Fautes Exé. X 10	T =D-P TOTAL POINTS
Elan, circumduction, mouvement en 8	Critères DA						
Spirales	Critères DA						
Serpentins	Critères DA						
Maniement divers (roulement baguette)	Long roulement Critères DA						
Echapper	Critères DA						
Petit Lancer Boomerang	Boomerang intégral Critères DA sur le lancer						
TOTAL RUBAN		Note finale Juge 1			Note finale Juge 2		

TESTS TECHNIQUES CF3 CERCEAU							
6 ELEMENTS ESSENTIELS <i>3 points chacun</i>	BONUS 1pt par Critère 2pts par tr sous l'engin	D : NOTE DEPART BASE+BONUS	P : PENA. Fautes Exé. X 10	T =D-P TOTAL POINTS	D : NOTE DEPART BASE+BONUS	P : PENA. Fautes Exé. X 10	T =D-P TOTAL POINTS
Roulement sur le corps	passage bras-épaule-dos Critères DA						
Roulement plan sagittal sol	Critères DA						
Rotat. toupie chgt de mains	Critères DA						
Rotations autour d'un point	Vers l'AV Critères DA						
Lancer par élan	Rotation (360°) – Crit R DB au lancer ou rattrapé						
Lancer par renversement	Rotation (360°) - Crit R DB au lancer ou rattrapé						
TOTAL CERCEAU		Note finale Juge 1			Note finale Juge 2		

Ordre de passage nominatif - GR - IDF ETAPE 1 COUPES 3 ET CF 3/4 ML secteur 2 du 08/02/2026 au 08/02/2026 - RIS ORANGIS

08/02/2026

Dimanche

CF4 - 09:30

Subdivision 1 : 09:30 - 10:18

Categories:

Rotation 1: 09:30 - 09:54

COUPE FORMATION 4 MAINS LIBRES
Fatima-Elodie DIALLO
GRS PARIS CENTRE
Tess MARONCELLI
GRS PARIS CENTRE
Adèle CLOT
GRS PARIS CENTRE
Rebecca VAIDA
GRS PARIS CENTRE
Julie COMTE KOURYCHEVA
GRS PARIS CENTRE

COUPE FORMATION 4 CERCEAU ou BALLON
Adèle CLOT
GRS PARIS CENTRE
Rebecca VAIDA
GRS PARIS CENTRE
Julie COMTE KOURYCHEVA
GRS PARIS CENTRE
Fatima-Elodie DIALLO
GRS PARIS CENTRE
Tess MARONCELLI
GRS PARIS CENTRE

Entrainement praticable tests - 9:55

Tests techn 2 engins - 10:05

PRATICABLE A1
Eloise MINET-ALAURENT
ASSOCIATION SPORTIVE DE SAINT-GERMAIN LES ARPAJON
Karolina SHOPEN
ASSOCIATION SPORTIVE DE SAINT-GERMAIN LES ARPAJON

PRATICABLE A3
Rose LAQUAIS
ISSY GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE
Adèle DERASSE
ISSY GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE

PRATICABLE B1
Elyna PETESCH
GRS PARIS CENTRE
Fatima-Elodie DIALLO
GRS PARIS CENTRE

PRATICABLE B3
Rebecca VAIDA
GRS PARIS CENTRE
Julie COMTE KOURYCHEVA
GRS PARIS CENTRE

PRATICABLE A2
Malia FIEFFE
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Mila OLIVEIRA
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS

PRATICABLE A4
Mathilde SEMERDIJIAN
ISSY GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE
Maelle MIGNE
ISSY GYMNASTIQUE RYTHMIQUE ET SPORTIVE

PRATICABLE B2
Tess MARONCELLI
GRS PARIS CENTRE
Adèle CLOT
GRS PARIS CENTRE

PRATICABLE B4

Les gymnastes CF4 peuvent faire les tests physiques avant ou après leurs tests engins, de 9h30 à 9h55, ou à partir de 10h20

Pause - 10:18

Ordre de passage nominatif - GR - IDF ETAPE 1 COUPES 3 ET CF 3/4 ML secteur 2 du 08/02/2026 au 08/02/2026 - RIS ORANGIS

08/02/2026

Dimanche

CF3 - 2018-2017 Gp 1 - 10:30

Subdivision 1 : 10:30 - 11:58

Categories: Coupe Niveau 3,Coupe Niveau 3 2

Rotation 1: 10:30 - 11:58

COUPE NIVEAU 3 2018 MAINS LIBRES		COUPE NIVEAU 3 2017 Gp 1 MAINS LIBRES	
1	Lina BOURGARY - Mains Libres ISSY LES MOULINEAUX-IGRS	2	Sofia MOREAU - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
3	Fatouma DIABY - Mains Libres ISSY LES MOULINEAUX-IGRS	4	Leya NIGITA - Mains Libres SUCY-GR SUCY
5	Alyssa BORICAUD - Mains Libres BALLAINVILLIERS-GRB	6	LETICIA BUCUR - Mains Libres CORBEIL ESSONNES-ASCE
7	Raphaël BOUHY - Mains Libres GRS PARIS CENTRE	8	Pauline SAPOZHNIKOVA - Mains Libres GRS PARIS CENTRE
9	Laurène MAUS - Mains Libres CLAMART GYM. 92	10	Louise MORERA - Mains Libres GRS GLACIERE XIII PARIS
11	Jade ADELON BOUCAUD - Mains Libres CORBEIL ESSONNES-ASCE	12	Sanaa HAMMOUCHE - Mains Libres CORBEIL ESSONNES-ASCE
13	Eva DWOJAK - Mains Libres ST GERMAIN LES A-ASSGA	14	Tyra CAYOL - Mains Libres SUCY-GR SUCY
15	Rose TONER - Mains Libres GRS PARIS CENTRE	16	Inès BEN YOUNES - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
17	Emilie ROUYEZ ZUO - Mains Libres CRETEIL-USC GR	18	Lyna PAVILLA - Mains Libres SUCY-GR SUCY
19	Laura DELMOULY - Mains Libres GRS PARIS CENTRE	20	Minodora MACAREVICI - Mains Libres BALLAINVILLIERS-GRB
21	Alice PENG - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS	22	Hana ALAOUI - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
23	Léa PARMENTIER - Mains Libres CLAMART GYM. 92	24	Noémie LEONARD - Mains Libres GRS GLACIERE XIII PARIS
25	Romane BOUHY - Mains Libres GRS PARIS CENTRE	26	Chloé MARGUERIE - Mains Libres SUCY-GR SUCY
27	Catherine sielanou desiree NGUEMNANG FONGA - Mains Libres ISSY LES MOULINEAUX-IGRS	28	Charlotte DUENAS - Mains Libres ST GERMAIN LES A-ASSGA
29	Mona BLANC-HERCE - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS	30	Sophia KUKHARUK - Mains Libres GRS GLACIERE XIII PARIS
31	Noemie JACQUINOT - Mains Libres CRETEIL-USC GR	32	Luna RUIZ - Mains Libres GRS PARIS CENTRE
33	Valentine TERRONE - Mains Libres GRS GLACIERE XIII PARIS	34	NATHANIEL VILDAY - Mains Libres BALLAINVILLIERS-GRB
35	Romane DAHIREL - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS	36	Mélissa FURDUI - Mains Libres BALLAINVILLIERS-GRB
37	KATYA DE PEYRELONGUE - Mains Libres GRS PARIS CENTRE	38	Aminatou DIAKITE - Mains Libres CORBEIL ESSONNES-ASCE
39	Wivine BALAND - Mains Libres RUEIL ATHLETIC CLUB GRS	40	Tori BINGA RAVAUD - Mains Libres GRS GLACIERE XIII PARIS
41	Victoire KARSENTY - Mains Libres SUCY-GR SUCY	42	Céline ZOURDANI - Mains Libres CORBEIL ESSONNES-ASCE
43	Layina EL KHALOUI - Mains Libres ISSY LES MOULINEAUX-IGRS		

Après leur passage de leur enchaînement aux Mains Libres , les gymnastes se présentent dès que possible aux tests physiques

Palmarès - 11:58

Entrainement praticable tests - 12:36

Tests techn 2 engins Groupe 1 - 12:46

PRATICABLE A1
Aminatou DIAKITE CORBEIL ESSONNES-ASCE
Céline ZOURDANI CORBEIL ESSONNES-ASCE
Jade ADELON BOUCAUD CORBEIL ESSONNES-ASCE
LETICIA BUCUR CORBEIL ESSONNES-ASCE
Sanaa HAMMOUCHE CORBEIL ESSONNES-ASCE

PRATICABLE A3
Sofia MOREAU RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Inès BEN YOUNES RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Hana ALAOUI RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Mona BLANC-HERCE RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Alice PENG RUEIL ATHLETIC CLUB GRS

PRATICABLE B1
Tori BINGA RAVAUD GRS GLACIERE XIII PARIS
Louise MORERA GRS GLACIERE XIII PARIS
Sophia KUKHARUK GRS GLACIERE XIII PARIS
Noémie LEONARD GRS GLACIERE XIII PARIS
Valentine TERRONE GRS GLACIERE XIII PARIS

PRATICABLE B3
Raphaël BOUHY GRS PARIS CENTRE
Rose TONER GRS PARIS CENTRE
Laura DELMOULY GRS PARIS CENTRE
Romane BOUHY GRS PARIS CENTRE
KATYA DE PEYRELONGUE GRS PARIS CENTRE

PRATICABLE A2
Alyssa BORICAUD BALLAINVILLIERS-GRB
Minodora MACAREVICI BALLAINVILLIERS-GRB
NATHANIEL VILDAY BALLAINVILLIERS-GRB
Mélissa FURDUI BALLAINVILLIERS-GRB
Emilie ROUYEZ ZUO CRETEIL-USC GR
Noemie JACQUINOT CRETEIL-USC GR

PRATICABLE A4
Romane DAHIREL RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Wivine BALAND RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Lina BOURGARY ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Fatouma DIABY ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Catherine sielanou desiree NGUEMNANG FONGA ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Layina EL KHALOUI ISSY LES MOULINEAUX-IGRS

PRATICABLE B2
Leya NIGITA SUCY-GR SUCY
Tyra CAYOL SUCY-GR SUCY
Lyna PAVILLA SUCY-GR SUCY
Victoire KARSENTY SUCY-GR SUCY
Chloé MARGUERIE SUCY-GR SUCY

PRATICABLE B4
Pauline SAPOZHNIKOVA GRS PARIS CENTRE
Luna RUIZ GRS PARIS CENTRE
Laurène MAUS CLAMART GYM. 92
Léa PARMENTIER CLAMART GYM. 92
Eva DWOJAK ST GERMAIN LES A-ASSGA
Charlotte DUENAS ST GERMAIN LES A-ASSGA

Pause - 13:26

Ordre de passage nominatif - GR - IDF ETAPE 1 COUPES 3 ET CF 3/4 ML secteur 2 du 08/02/2026 au 08/02/2026 - RIS ORANGIS

08/02/2026

Dimanche

CF3 - 2015-2016-2019-2017 Gp 2 - 14:30

Subdivision 1 : 14:30 - 15:50

Categories: Coupe Niveau 3 3,Coupe Niveau 3 4,Coupe Niveau 3 5

Rotation 1: 14:30 - 15:50

COUPE NIVEAU 3 2015/2016 - 2019 MAINS LIBRES
Maguelone LECOURTOIS - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Ava FLEISMAHER - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Margot KALADJI - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Sienna MC GLONE - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Miya GALAVERNA LEDWOS - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Léana DOMINGOS - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Noelyne POLETTE - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Castille DAUTRIF - Mains Libres
ANTONY GR
Nella DJAOU - Mains Libres
THIAIS-TGR
Eva CHOLLEY - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Louise MARTIN - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Maily LAVAUD - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Ophélie PLA MARTINI - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Lise ENCONTRE - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Jeanne ALBOUY - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Yuna DIENG VERGER - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Mia ABREU DUARTE - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Mia RAVAU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Lahna BOUCHALA - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Rose BENTO - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS

COUPE NIVEAU 3 2017 Grp 2 MAINS LIBRES
Emna OUESLATI - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Emeline LAMY - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Romy SÉGAL - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Alina AVANIAN - Mains Libres
ANTONY GR
Jade MAUPOU - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Ivana CHARREIRE - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Margot LEOST - Mains Libres
BRIIS SS FORGES-ABGRS
Louise MENNESSON - Mains Libres
ANTONY-ASRA
Juliette HODERA - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Arij HBIBOU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Lara YOUSSEF - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Nerea GONZALEZ DELA FUENTE - Mains Libres
ANTONY-ASRA
Axelle MARTEAU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Perla HORRO - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Garance MONTAUT - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Ily OKENGE - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Léa BREGEON - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Lea FOLLAIN - Mains Libres
THIAIS-TGR
Laure CARON - Mains Libres
BRIIS SS FORGES-ABGRS

*Après leur passage de
leur enchaînement aux
Mains Libres, les
gymnastes se présentent
dès que possible aux
tests physiques*

Palmarès - 15:50

Entraînement praticable tests - 16:30

Tests techn 2 engins Groupe 1 - 16:40

PRATICABLE A1
Ava FLEISMAHER - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Juliette HODERA - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Romy SÉGAL - Mains Libres
CLAMART GYM. 92
Alina AVANIAN - Mains Libres
ANTONY GR
Castille DAUTRIF - Mains Libres
ANTONY GR

PRATICABLE A3
Maguelone LECOURTOIS - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Sienna MC GLONE - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Noelyne POLETTE - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR
Léa BREGEON - Mains Libres
VALLÉE DE CHEVREUSE GR

PRATICABLE B1
Margot KALADJI - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Emeline LAMY - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Lara YOUSSEF - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS
Perla HORRO - Mains Libres
ISSY LES MOULINEAUX-IGRS

PRATICABLE B3
Miya GALAVERNA LEDWOS - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Jeanne ALBOUY - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Yuna DIENG VERGER - Mains Libres
GRS GLACIERE XIII PARIS
Ophélie PLA MARTINI - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Emna OUESLATI - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS

PRATICABLE A2
Lise ENCONTRE - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Léana DOMINGOS - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Eva CHOLLEY - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Mia ABREU DUARTE - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Lahna BOUCHALA - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP
Maily LAVAUD - Mains Libres
PARAY VIEILLE POSTE-GRP

PRATICABLE A4
Nella DJAOU - Mains Libres
THIAIS-TGR
Lea FOLLAIN - Mains Libres
THIAIS-TGR
Jade MAUPOU - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Ivana CHARREIRE - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Louise MARTIN - Mains Libres
CRETEIL-USC GR
Ily OKENGE - Mains Libres
CRETEIL-USC GR

PRATICABLE B2
Nerea GONZALEZ DELA FUENTE - Mains Libres
ANTONY-ASRA
Louise MENNESSON - Mains Libres
ANTONY-ASRA
Laure CARON - Mains Libres
BRIIS SS FORGES-ABGRS
Margot LEOST - Mains Libres
BRIIS SS FORGES-ABGRS

PRATICABLE B4
Mia RAVAU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Arij HBIBOU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Axelle MARTEAU - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Garance MONTAUT - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS
Rose BENTO - Mains Libres
RUEIL ATHLETIC CLUB GRS

Fin - 17:30