

SECTEUR 1 - 77 / 91 / 93 / 95

VERT-SAINT-DENIS

Samedi 21 mars					
Réunion de juge 12h00 Jugement 4 tours Obligatoire !				Tps d'échaufft à l'agrès 5 minutes 4 agrès	
Catégories	Prog.	Format			
1er tour	Féd B 7-9ans (5 équipes)	Grille FFG	5/5/3	12h30	échaufft articulaire
				13h00	début compéttition
				14h10	fin de compétition
				Temps rot. 14 min x 5 = 70 (1h10)	
2ème tour	Féd B 7-9ans (2 équipes) Féd B 10-12ans (3 équipes)	Grille FFG	5/5/3	13h45	échaufft articulaire
				14h15	début compéttition
				15h40	fin de compétition
				Temps rot. 14 min x 6=84 (1h24)	
PALMARES 15h45 Fed B 7/9 ans - Fed B 10-12 ans					

Réunion de juge 15h15 Jugement 2 tours Obligatoire !				Temps d'échaufft à l'agrès 3 min 6 Agrès	
Catégories	Prog.	Format			
1er tour	Féd B 10-15ans (6 équipes)	Grille FFG	5 max et 3 min	15h45 16h15 17h45	échaufft articulaire début compéttition fin de compétition Tps par rot. 14 min x 6 (1h24)
2ème tour	Féd B 10-15ans (4 équipes) Féd B 12+ (3 équipes)	Grille FFG	5 max et 3 min	17h20 17h50 19h30	échaufft articulaire début compéttition fin de compétition Tps par rot. 14 min x 7 (1h40)
PALMARES 20h00 Fed B 10-15ans et Fed B 12 +					

Dimanche 22 mars					
	Réunion de juge 08h00 Jugement 3 tours Obligatoire !			Tps d'échaufft à l'agrès 5 minutes 6 agrès	
	Catégories	Prog.	Format		
1er tour	Perf Rég 9-10ans (4 équipes)	Imp. 1 à 3	5/5/3	08h30	échaufft articulaire
	Perf Rég 7/8/9/10ans (9 individuels)			09h00	début compéttition
				11h00	fin de compétition
				Temps rot. 19 min 45s x 6 (2h)	
PALMARES 11h30 Perf Régionale 9-10ans					
2ème tour	Perf Rég 7-9ans (7 équipes)	Imp. 1 à 3	5/5/3	12h00	échaufft articulaire
				12h30	début compéttition
				14h50	fin de compétition
				Temps rot. 19 min 45s x 7 (2h20)	
3ème tour	Perf Rég 7-9ans (7 équipes)	Imp. 1 à 3	5/5/3	14h35	échaufft articulaire
				14h55	début compéttition
				17h15	fin de compétition
				Temps rot. 19 min 45s x 7 (2h20)	
PALMARES 17h30 Ref Reg 7-9 ans et Indiv Perf Reg 7/8/9/10 ans					