

DEPARTEMENTAL EQUIPES AINEES

Samedi 26 avril 2025 à Raon l'Etape

La compétition se déroulera au gymnase municipal, rue du Général Sarraill à Raon l'Etape.

Vous trouverez sur place une buvette et restauration sucrée.

CONTROLE LICENCE :

Les gymnastes et entraîneurs devront se présenter au contrôle licence : munis de leur licence et avec la feuille "contrôle licence" complétée. Les gymnastes devront être numérotées par les entraîneurs **avant** leur passage au contrôle licence (*main gauche ou droite*).

Les numéros sont déjà indiqués sur la feuille "contrôle licence". Merci d'y ajouter la/les lettres suivantes, devant le numéro (sur la main de vos gyms + sur la feuille "contrôle licence") :

Bruyères : **B**

Epinal : **E**

Eloyes : **EY**

Mirecourt : **M**

Nomexy : **N**

Raon l'Etape : **R**

Rambervillers : **RB**

Les éventuelles licences des gymnastes "dernière année Jeunesses", seront conservées par le secrétariat. Les clubs pourront les récupérer le dimanche, après la lecture du palmarès des Jeunesses.

COMPETITION :

Il y aura 1 table de saut, 1 barre asymétriques, 1 poutre et 1 praticable. 1 jury au saut et barres asymétrique. 2 jurys en poutre et sol.

En poutre et sol : chaque équipe devra répartir équitablement les degrés des gyms sur les 2 jurys.

Le passage au mouvement d'ensemble se fera avant ou après le passage aux 4 agrès (*voir horaires en page 2*). Il sera possible de faire 1 passage d'échauffement, avec ou sans la musique puis ce sera le passage noté.

Chaque gymnaste aura **50s d'échauffement** en barres, poutre et sol. A la table de saut : 2 sauts d'échauffement. Le temps total d'échauffement sera ajusté en fonction du nombre de gymnastes dans chaque équipe, le jour de la compétition.

Il y a 2 salles de compétition : saut/poutre dans 1 salle et barres/sol dans l'autre. Chaque équipe passera sur les 2 agrès d'une salle puis changement de salle.

PALMARES

Les gymnastes du 1^{er} horaire devront être présentes dans la salle pour 18h15, au plus tard.

**En cas d'absence d'une équipe ou en cas de forfait d'une (ou plusieurs) gym dans une équipe, merci de prévenir Marline :
gym-feminine.cd.vosges@fscf.asso.fr ou 06.45.87.18.85**



COMITÉ DÉPARTEMENTAL
VOSGES

RESPONSABLE PLATEAU DE COMPETITION : Marline GEHIN
PRESIDENT JURY : Mantsy MANGEOLLE

DEPARTEMENTAL EQUIPES AINEES

Samedi 26 avril 2025 à Raon l'Etape

AINEES - 1^{er} horaire

Contrôle des licences : **13h30**

Echauffement (hors agrès) : **13h40-13h50**

Compétition aux agrès : **13h55-15h45**

SAUT	POUTRE	BARRES	SOL
Epinal C4 Eq. 2 / 6 gyms	Eloyes C4 6 gyms	Mirecourt C4 5 gyms	Rambervillers C3 7 gyms
15h50-16h10 - Passage au mouvement d'ensemble : Rambervillers – Epinal éq.2 – Eloyes - Mirecourt			

AINEES - 2^{ème} horaire

Contrôle des licences : **15h35**

Echauffement (hors agrès) : **10min**

Compétition : **16h10-18h45**

16h10-16h30 - Passage au mouvement d'ensemble : Nomexy – Raon l'Etape – Epinal éq.1 - Bruyères			
SAUT	POUTRE	BARRES	SOL
Nomexy C3 5 gyms	Raon l'Etape C3 7 gyms	Epinal C3 Eq. 1 / 7 gyms	Bruyères C3 7 gyms

Palmarès Ainées vers 18h45 (présence 18h15 dans la salle)