

CONVOCAATION - 23 & 24 mars 2019 - Istres

Championnat Régional Performance - Individuelles

Entente Gymnique Grand Avignon - Saison 2018/2019

Le Championnat Régional Individuelles Performance se déroulera à la Halle Polyvalente - Place Champollion 13800 Istres (rue de l'équerre).

L'échauffement se déroulera à la Salle CAVALLONI du Lycée RIMBAUD près de la salle de compétition. Les rendez-vous se feront à la salle de compétition.

Le Championnat Régional Performance est qualificatif pour le Championnat de France Performance les 10, 11 et 12 mai 2019 à Mouilleron-le-Captif.

Pour les Performance Régionale 9ans, cette compétition est leur finale.

- Droit d'entrée : 4 € par personne (gratuité pour les licenciés FFG et pour les moins de 10 ans).

- Rappel : les gymnastes doivent être avec un justaucorps libre et le survêtement du club (et baskets type running).

- Echauffement : Echauffement articulaire de 30 minutes puis 1 minute d'échauffement par agrès (Code FFG) ou 1'20" (Code FIG).

– **Performance - Nationale 12 ans :**

Départ Vendredi après l'entraînement

✚ Manon AZAS & Julia GUEZ.

Compétition de 9h10 à 11h – Saut (Pl. B) – Echft de 8h25 à 8h55 – Palmarès vers 13h30 – 18 gyms – Entraîneur : Cynthia

– **Performance - Nationale 14 ans :**

Convocation samedi 23 mars à 9h55

✚ Sohan D'ALMEIDA-WACQUANT.

Compétition de 11h00 à 13h00 – Saut (Pl. B) – Echft de 10h15 à 10h45 (Maya) – Palmarès vers 13h30 – 21 gyms – Entraîneur : Cynthia

– **Performance - Nationale 13 ans :**

Convocation samedi 23 mars à 13h55

✚ Lily FOISSAC, Mya IRATNI, Chloé JARC-TORRES, Lola ROJAS & Aurore VANDOMMELE.

Compétition de 15h à 16h50 – Saut (Pl. A) – Echft de 14h15 à 14h45 – Palmarès vers 19h30 – 32 gyms – Entraîneurs : Cynthia & Maya

– **Performance - Nationale 13 ans :**

Convocation samedi 23 mars à 15h45

✚ Léna BELLE & Maïlys CREOFF.

Compétition de 16h50 à 19h10 – Repos (Pl. A) – Echft de 16h05 à 16h35 (Jade) – Palmarès vers 19h30 – 32 gyms – Entraîneurs : Cynthia & Maya

– **Performance - Nationale 15 ans :**

Convocation samedi 23 mars à 15h45

✚ Tessa ABRAN & Tayana GUIDI.

Compétition de 16h50 à 19h10 – Repos (Pl. A) – Echft de 16h05 à 16h35 (Jade) – Palmarès vers 19h30 – 12 gyms – Entraîneurs : Cynthia & Maya

– **Performance - Régionale 9 ans :**

Convocation dimanche 24 mars à 9h25

✚ Zoé LABEAUME

Compétition de 10h30 à 12h – Poutre (Pl. C) – Echft de 9h45 à 10h15 – Palmarès vers 12h45 – 28 gyms – Entraîneur : Fred

La présence des gyms au palmarès est obligatoire sous peine de disqualification. Nous vous remercions par avance de votre participation à cette compétition. Pour tout renseignement complémentaire, contactez les entraîneurs de l'EGGA.

L'équipe technique de l'E.G.G. Avignon