



Comité de Gironde de Gymnastique

NOTE D'INFORMATIONS

COMPETITION : EQUIPES PERFORMANCES GAF / GAM et FED A 10+ et 14+ GAF

Date : 14 et 15 décembre 2024.

Lieu : Le palestres, 12 rue Félix Arnaudin, 33380 MIOS.

Entrée : 5 euros pour les plus de 12 ans.

Informations générales

- Représentant FFG et responsable de la compétition : Stéphane SASSENHAGEN.
- Responsable informatique : Stéphane ALTUNA.
- Responsable juge : Alice LABARTHE 06-74-22-02-41 (GAF) et Lison MAURIN / GAM à définir.

Réglementation

- Réglementation technique FFG, brochure des programmes FFG + lettres FFG, brochure régionale.
- Système de rentrée des notes par ordinateur.
- Contrôle des licences avant l'échauffement.

Médical

- 1 infirmière chaque jour.
- Les gymnastes doivent fournir leur élastoplaste en cas de blessure.

Echauffement

- Echauffement articulaire 30 mn avant le début de la compétition en salle annexe.
- Echauffement spécifique à l'agrès s'effectuera juste avant le passage :

Performance : 5' et 4 sauts maximum.

Fédéral A GAF : 3'

Rappels

- **Saut en fosse pour les GAM et en dur pour les GAF.**
- Forclusion 10 jours avant la compétition soit le 4 décembre 2024.
- Paiement des engagements entre la date de forclusion et la veille de la compétition soit du 5 décembre au 13 décembre 2024.
- Jugegym : engagement nominatif au plus tard le 7 décembre 2024.
- Djgym : déposer les musiques sur djgym (sans caractères spéciaux) **avant le jeudi** qui précède la compétition.