



Ordre de passage prévisionnel - GA - Championnat Régional Individuels Perf/Fed A du 04/04/2020 au 05/04/2020 - AIX EN PROVENCE

SAMEDI 4 AVRIL 2020 - GAM/GAF

GAF - PLATEAU A			GAF - PLATEAU B			GAM - PLATEAU		
NATIONALE 11 ANS / 10 ANS			NATIONALE 12 ANS / 13 ANS			NATIONALE A & NATIONALE B 15 ANS		
8H15 A 8H45 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			8H15 A 8H45 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			8H55 A 9H25 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE		
Nationale 10 ans GAF	17	9:00 - 10:50	Nationale 13 ans GAF	18	9:00 - 10:50	Nationale A 10 ans GAM	15	
Nationale 11 ans GAF	8		Nationale 12 ans GAF	7		Nationale A 11 ans GAM	13	
10H05 A 10H35 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			10H05 A 10H35 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			9:40 - 12:10		
Nationale 11 ans GAF	23	10:50 - 12:50	Nationale 12 ans GAF	21	10:50 - 12:30	Nationale A 12 ans GAM	5	
						Nationale A 13 ans GAM	7	
						Nationale A 14 ans GAM	4	
						Nationale B 15 ans GAM	1	

13:00 - PALMARES NATIONALE (GAM-GAF)

NATIONALE 14 ANS / 18-20 ANS / 21 ANS ET PLUS			NATIONALE 15 ANS / 16 ANS / 17 ANS			NATIONALE A & FEDERALE A		
13H35 A 14H05 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			13H35 A 14H05 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			13H35 A 14H05 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE		
Nationale 14 ans GAF	20	14:20 - 16:10	Nationale 15 ans GAF	19	14:20 - 16:10	Fédérale A 10-11 ans GAM	5	
15H25 A 15H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			15H25 A 15H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			Fédérale A 12-13 ans GAM	2	
Nationale 18-20 ans GAF	8	16:10 - 17:50	Nationale 16 ans GAF	8	16:10 - 17:50	Fédérale A 14-16 ans GAM	5	
Nationale 21 ans et plus GAF	5		Nationale 17 ans GAF	8		Fédérale A 17 ans et plus GAM	2	
						Nationale A 15 ans GAM	4	
						Nationale A 16 ans GAM	4	14:20 - 16:50
						Nationale A 17 ans GAM	4	
						Nationale A 18 ans GAM	5	
						Nationale A 19-21 ans GAM	1	
						Nationale A 22 ans et plus GAM	9	
						Nationale B 16 -17 ans GAM	1	
						Nationale B 18 ans et plus GAM	6	

18:00 - PALMARES (GAM-GAF)

DIMANCHE 5 AVRIL 2020 - GAF

GAF - PLATEAU A			GAF - PLATEAU B			GAF - PLATEAU C		
FEDERALE 18 ANS ET PLUS / 16-17 ANS			FEDERALE A 10-11 ANS			REGIONALE 8 ANS / 9 ANS		
13H15 A 13H45 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			8H15 A 8H45 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			8H15 A 8H45 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE		
Fédérale A 16-17 ans GAF	25	9:00 - 11:10	Federale A 10-11 ans GAF	25	9:00 - 11:10	Régionale 8 ans GAF	14	9:00 - 11:10
10H25 A 10H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			10H25 A 10H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			Régionale 9 ans GAF	10	
Federale A 18 ans et plus GAF	15	11:10 - 13:00	Federale A 10-11 ans GAF	20	11:10 - 13:00	10H25 A 10H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE		
						Régionale 9 ans GAF	20	11:10 - 13:00

13:10 - PALMARES FEDERALE A / REGIONALE

FEDERALE A 14-15 ANS			FEDERALE A 12-13 ANS			REGIONALE 14-15 ANS / 16-17 ANS / 18 ANS ET PLUS		
13H45 A 14H15 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			13H45 A 14H15 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			16H55 A 17H25 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE		
Federale A 14-15 ans GAF	20	14:30 - 16:10	Federale A 12-13 ans GAF	20	14:30 - 16:10	Régionale 14-15 ans GAF	15	
15H25 A 15H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			15H25 A 15H55 - ECHAUFFEMENT ARTICULAIRE			Régionale 16-17 ans GAF	6	15:10 - 17:20
Federale A 14-15 ans GAF	25	16:10 - 18:15	Federale A 12-13 ans GAF	20	16:10 - 18:00	Régionale 18 ans et plus GAF	1	

18:30 - PALMARES FEDERALE A / REGIONALE

PROGRAMMES FEDERALE A : 35 SECONDES D'ECHAUFFEMENT PAR GYM PUIS COMPETITION
PROGRAMMES LIBRE FFG & IMPOSES : 1 MINUTE D'ECHAUFFEMENT PAR GYM PUIS COMPETITION
PROGRAMME CODE FIG : 1 MINUTE 20 D'ECHAUFFEMENT PAR GYM PUIS COMPETITION
AU SOL : 5 MINUTES D'ECHAUFFEMENT POUR LES 3 PLATEAUX PUIS COMPETITION