

**CHAMPIONNAT FfG**  
**GAF DIVISION 5**  
**05-06 mars 2016**

**COORDINATRICE TECHNIQUE FfG**

**Coibion Aline**  
Email: [aline.coibion@FfGym.be](mailto:aline.coibion@FfGym.be)

**CLUB ORGANISATEUR**

**CGOM asbl**  
Déléguee : Sobrie Marie-line  
Email : [mlsobrie@gmail.com](mailto:mlsobrie@gmail.com)

**LIEU**

**Complexe Sportif Motte**  
Rue du Bornoville, 49  
7700 Mouscron  
(Derrière la gare de Mouscron)

**HORAIRE**

**Samedi 05 mars 2016 :**

08H00 : Ouverture de la salle  
08H10 : Réunion des juges  
08H30 : Échauffement général sur praticable Compétition 1  
Plateau 1 : Imposé E (11, 12, 13 et 16 ans +) {44}  
Plateau 2 : Imposé C (10, 14 - 15 et 16 ans +) {43}  
08H50 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 1  
09H00 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 1  
12H10 : Fin Compétition 1  
Repas des juges et réunion  
12H20 : Échauffement général sur praticable Compétition 2  
Plateau 1 : Imposé E (14 - 15 ans) et Imposé A (6 - 8 ans) {44}  
Plateau 2 : Imposé C (6 - 8, 9 et 12 ans) {46}

- 12H30 : Rassemblement des gymnastes Compétition 1  
 12H40 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 2  
 Remise des résultats Compétition 1  
 13H00 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 2  
 16H10 : Fin Compétition 2  
 Collation des juges et réunion  
 16H20 : Echauffement général sur praticable Compétition 3  
 Plateau 1 : Imposé A (9 et 10 ans) {40}  
 Plateau 2 : Imposé C (11 et 13 ans) {43}  
 16H30 : Rassemblement des gymnastes Compétition 2 salle annexe  
 16H40 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 3  
 Remise des résultats Compétition 2  
 17H00 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 3  
 20H00 : Fin Compétition 3 et remise des résultats Compétition 3

### **Dimanche 06 mars 2016 :**

- 08H00 : Ouverture de la salle  
 08H10 : Réunion des juges  
 08H30 : Echauffement général sur praticable Compétition 4  
 Plateau 1 : Imposé B (11, 12, 14 - 15 et 16 ans +) {40}  
 Plateau 2 : Imposé D (13, 14 - 15 ans) {41}  
 08H50 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 4  
 09H00 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 4  
 12H00 : Fin Compétition 4  
 Repas des juges et réunion  
 12H10 : Echauffement général sur praticable Compétition 5  
 Plateau 1 : Imposé B (6 - 8 et 9 ans) {30}  
 Plateau 2 : Imposé D (11 ans) {24}  
 12H20 : Rassemblement des gymnastes Compétition 4  
 12H30 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 5  
 Remise des résultats Compétition 4  
 12H50 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 5  
 15H00 : Fin Compétition 5  
 Collation des juges et réunion  
 15H10 : Echauffement général sur praticable Compétition 6  
 Plateau 1 : Imposé B (10 et 13 ans) {39}  
 Plateau 2 : Imposé D (12 et 16 ans +) {36}  
 15H20 : Rassemblement des gymnastes Compétition 5 salle annexe  
 15H30 : Fin échauffement général et formation des groupes Compétition 6  
 Remise des résultats Compétition 5  
 15H50 : Présentation des Clubs et échauffement spécifique agrès 1 Compétition 6  
 18H50 : Fin Compétition 6 et remise des résultats Compétition 6

## **ROTATIONS ET COMPOSITION DES GROUPES**

En annexe.

## **INFOS COMPLEMENTAIRES**

### Frais d'inscription des gymnastes

Le droit d'inscription de 3 € par gymnaste participante est à payer à la FfG par le club participant, après réception de la facture qui lui sera adressée.

**Attention !** En cas d'annulation de participation, le montant de l'inscription reste dû au club organisateur.

#### Pour les gymnastes et entraîneurs

- Chaque gymnaste disposera d'1 minute d'échauffement à l'agrès.
- Si un club souhaite utiliser une autre musique pour ses gymnastes, cette musique doit être soit envoyée à la coordinatrice technique FfG Aline Coibion (aline.coibion@ffgym.be) avec les coordonnées et le numéro de la gymnaste, soit elle doit être apportée sur CD le jour de la compétition.

**Pour l'envoi par mail, veuillez renommer la musique : (exemple) C4-GR15-91-NOM Prénom - club où C4 est le numéro de compétition, GR15, le numéro du groupe et 91, le dossard et l'envoyer pour le LUNDI 22 FEVRIER 2016 AU PLUS TARD**

Si votre club à une musique spécifique, n'oubliez pas de le signaler au début de la compétition à la sono lors de l'échauffement général. La musique choisie ne doit pas être plus longue que la musique d'origine !

- La compétition sera organisée sur deux plateaux (une couleur pour chaque plateau).
- Nous demandons aux gymnastes des Compétitions 2, 3, 5 et 6 d'être présentes **20 minutes avant** l'heure de leur échauffement général, au cas où nous prendrions un peu d'avance.
- Nous invitons les juges et les entraîneurs à se munir de chaussons de gymnastique (pas de chaussures venant de l'extérieur).
- Nous demandons aux gymnastes, entraîneurs et parents ponctualité et collaboration afin que toutes les gymnastes inscrites puissent travailler dans les meilleures conditions.
- Nous rappelons que maximum 2 entraîneurs par club et par plateau sont autorisés.

#### Pour les juges

- Tous les juges doivent participer à la réunion programmée le matin.
- **Chaque juge doit juger toute la journée.**
- Chaque juge doit être en possession du programme technique GAF Div. 5 - édition 2015-2016 ainsi que les précisions qui l'accompagne.
- Chaque juge doit être en tenue (tailleur bleu marine (noir autorisé), chemiser blanc, foulard/cravate FfG) et doit être muni de son carnet de juge.

## ITINERAIRE

#### **En venant de la E42 (Charleroi) :**

- Suivre Tournai-Mons
- A proximité de Mons, suivre Tournai-Lille
- Suivre Lille-Mouscron-Bruges
- Prendre l'E403/A17 en direction de Gand/Bruges/Mouscron/Roubaix
- Prendre la sortie n 2 : Mouscron/Estaimpuis
- Prendre la N58 en direction de Mouscron
- Au rond-point, prendre la 2ème sortie (N58)
- Au rond-point, prendre la 4ème sortie (N58)
- A Mouscron, continuer et prendre la sortie N513 / Boulevard Industriel
- Entrer dans Mouscron et continuer tout droit
- Au rond-point, Boulevard Industriel, prendre la 3ème sortie: N513
- Prendre à gauche: Rue de la Carpe

- Continuer à gauche : Rue de la Carpe
- Au rond-point, Dorpstraat, prendre la 1ère sortie: Rue de la Montagne
- Prendre à droite: Rue du Bornoville

#### En venant de la E40 (Bruxelles) :

- Prendre la E40 en direction d'Anvers/Gand/Courtrai
- Prendre l'E17 en direction de Courtrai
- Suivre Paris/A19 Ypres
- Suivre Paris/Tournai
- Suivre Mouscron
- Prendre la sortie n 1 : Mouscron (N58)
- Au rond-point, prendre la 2ème sortie (N58)
- Au rond-point, Boulevard Industriel, prendre la 1ère sortie (N513)
- Prendre à gauche: Rue de la Carpe
- Continuer à gauche : Rue de la Carpe
- Au rond-point, Dorpstraat, prendre la 1ère sortie: Rue de la Montagne
- Prendre à droite: Rue du Bornoville

## Logement

L'hôtel Ibis à Tourcoing à 10 minutes de la salle propose des prix pour les sportifs.

A la réservation, prévenez que c'est pour un évènement sportif et donner le numéro de licence de la gymnaste.

RUE D'HAVRE  
CENTRE DU GENERAL DE GAULLE  
59200 TOURCOING  
FRANCE

**Best Western Plus Hôtel Alizé Mouscron (2 kms)**  
**Passage Saint-Pierre 34**  
**7700 Mouscron**  
**BELGIQUE**

Tel: +32 (0)56 561 561  
Email: [sales@wecarehotels.be](mailto:sales@wecarehotels.be)  
Website: [www.hotelalize.be/fr/](http://www.hotelalize.be/fr/)

Vous pouvez également demander un prix pour la federation francophone de ggymnastique.



avenue de Roodebeek, 44 - 1030 Bruxelles  
Tél : + 32 (0)2 234 38 38 – Fax : + 32 (0)2 230 06 69 – Email : [Info@FfGym.be](mailto:Info@FfGym.be)