



CHAMPIONNAT AGPL 2022-2023



GAF EVAL 1 : Dimanche 11 décembre 2022

Club organisateur

RCG Malmedy
Sabine Wastiaux
GSM: 0496/460386
Email: sabine.wastiau@yahoo.fr



Lieu

Salle du club GSM Malmedy
Avenue du Pont de Warche, 11
4960 MALMEDY



PRIX DES ENTREES

6 €/adulte – Gratuit pour les enfants en-dessous de 12 ans
5 € pour les membres FfG sur présentation de leur carte de membre

Rotations et compositions des groupes

1^{ère} évaluation : Malmedy – Volontaires – Royale Ducale – Pepins : **26 gym**
9h00 : Ouverture de la salle + réunion des évaluateurs
9h10 : Echauffement général
9h25 : Rassemblement
9h30 : Evaluation 1
10h45 : Fin de la rencontre
10h55 : Remise des résultats

2^{ème} évaluation : Garde St Jean- Beaufays – Azur et Or – Welkenraedt – Gym Visé : **31 gym**
11h15 : Accueil des groupes - réunion des évaluateurs
11h25 : Echauffement général
11h40 : Rassemblement
11h45 : Evaluation 2.
13h15 : Fin de la rencontre
13h25 : Remise des résultats

3^{ème} évaluation : Tinlot – Salamandre – Soleil Levant – Spirous : **27 gym**
13h45 : Accueil des groupes - réunion des évaluateurs
14h05 : Echauffement général
14h10 : Rassemblement
14h25 : Evaluation 3.
15h30 : Fin de la rencontre
15h40 : Remise des résultats

Pour les gymnastes et entraîneurs

- Chaque gymnaste disposera d'un échauffement général d'1/4 h sur praticable de compétition.
- Chaque gymnaste disposera à chaque agrès d'un échauffement spécifique dans l'ordre de passage de la compétition.
- Nous invitons les évaluateurs et les entraîneurs à se munir de chaussons de gymnastique (pas de chaussures venant de l'extérieur).
- Le plateau ne sera accessible qu'aux gymnastes en compétition, aux entraîneurs et aux évaluateurs.

Pour les évaluateurs :

- Tous doivent participer à la réunion programmée le matin et juger les 3 rencontres.
- Chaque évaluateur doit être en possession du programme technique GAF Eval.

Pour tous

- Nous demandons ponctualité et collaboration afin que toutes les gymnastes inscrites puissent travailler dans les meilleures conditions.
- Le plateau ne sera accessible qu'aux gymnastes en compétition, aux entraîneurs et aux évaluateurs
Le bar sera ouvert avec boissons et petite restauration
- Le lieu de compétition bénéficie d'un grand parking.
- Nous demandons à tous de ne pas venir dans la salle de compétition avec des boissons ou de la nourriture pour le bien-être des gymnastes ; celles-ci sont à pieds nus et risqueraient des blessures.