

Bruxelles, le 25 janvier 2023

Bonjour,

Nous nous réjouissons de vous accueillir les 4 et 5 février prochains pour le Championnat Provincial GAF Inter-équipes Divisions 3 et 4

Vous trouverez ci-après les renseignements pratiques relatifs à cette compétition. Si vous avez d'autres questions, merci de nous contacter de préférence par mail : francisangelibelgique@gmail.com (ou par tél. au 0491 88 21 94).

- Pouvez-vous svp vérifier que toutes vos gymnastes figurent bien dans les listes?
- Pouvez-vous svp vérifier les musiques des sols sur Clubnet pour le dimanche 29 janvier?

Merci d'avance.

- ✓ L'échauffement général se déroulera dans la salle Annexe, où les parents pourront y patienter en attendant la fin de la compétition précédente si ils le désirent.
- ✓ Aux agrès, l'échauffement se passera comme suit :
 - pour le **saut** 3 courses d'élan maximum, les échauffements se passent par équipe et le passage juste après,
 - pour la **poutre** , selon le code en D3 les filles ont 2' et en D4 1'30",
Si dans 1 équipe 3 filles travaillent à l'engin elles auront 4'30" en 1x pour l'ensemble de l'équipe pour les D4 et 6' pour les D3, avec 4 gymnastes qui travaillent ce sera 6' pour les D4 et 8' pour les D3, c'est à l'entraîneur de gérer la répartition entre les gymnastes.
 - Pour le **sol** il se fera en une fois pour les deux équipes en 8' ensuite les deux équipes passent l'une après l'autre.
- ✓ Nombre d'entraîneurs : selon le code
- ✓ Nous insistons également fortement pour que les gymnastes (et entraîneurs) soient assis sur les bancs (à distance raisonnable d'un autre club), et pas affalés sur les bords des tapis.
- ✓ Les gymnastes ne faisant pas partie de la compétition doivent suivre la compétition depuis les tribunes.

Bonne préparation à tout le monde

Francis Angeli

Club Élite Brabant

Championnat Provincial - BCBW - IE D3-D4

Samedi 04/02

Lieu : Start 65 – Octaaf de Kerchove d'Exaerdestraat 214, 1501 Halle

Ouverture de la salle 7h45

Compétition 1

D4 jeunes

Réunion juges 7h45

Échauffement 8h

Début compétition 8h25

Fin compétition 10h40

Podium 10h50

Compétition 2

D3 mixte

Réunion de juges 10h40

Échauffement 10h30

Début Compétition 11h

Fin Compétition 14h40

Podium 14h50

Compétition 3

D3

jeune,

Master

Senior Aquilon

ATR

CEB

Échauffement 14h30

Début Compétition 15h

Fin Compétition 17h40

Podium 17h50

Senior restent pour le podium au soir

Compétition 4

D3 senior

Gymnasia

Europa gym

Nivelloise

Venus gym

Royale Forestoise

Athanor

La courtoise

Échauffement 17h45

Début Compétition 18h15

Fin Compétition 21h15

Podium 21h25

Dimanche 05 février

Ouverture salle 7h45

D4 mixte

Tempogym
Venus gym
Anciennes de St Gilles
La Courtoise

Réunion juges 7h45
Échauffement 8h
Début Compétition 8h30
Fin Compétition 11h05

3 première équipes restent pour le podium

Compétition 2

D4 mixte + D4 senior

Vaillant de Tubize mixte et senior
La sautrelle mixte
ATR
Athanor senior
Gymnasia senior

Échauffement 10h40
Compétition 11h10
Fin compétition 14h20

Podium équipes mixtes 14h30

3 première équipes senior restent pour podium

Compétition 3

D4 senior

Venus
La Courtoise
La sautrelle
Aquillon
Europagym

Échauffement 14h
Compétition 14h30
Fin compétition 17h30

3 premières équipes des 2 premières Compétition senior restent pour le podium

Compétition 4

D4 senior

Nivelloise
RoyaleForestoise
GymPhenix
Tempo gym
Ancienne de St Gilles

Échauffement 17h
Début Compétition 17h30
Fin compétition 20h15
Podium 20h25

Bon travail