

## CONSIGNES A L'ATTENTION DES ENTRAÎNEURS

### Pour une organisation en amont

#### JEUNESSES Dimanche matin

Il y a 5 jurys qui se répartissent les degrés.

Merci d'être très attentifs et de RESPECTER LE JURY ATTRIBUE.

**Temps d'échauffement** : 4 minutes en Poutre et au Sol.  
5 minutes en Barres.  
En Saut : chaque gym a le droit à 2 sauts.

**Table de saut** : 3 agrès.

Agrès 1 : Jury 1 (2PB) et Jury 4 (1P et 3PB)

Agrès 2 : Jury 2 (2CB – 2CM) et Jury 5 (1C - 3PM)

Agrès 3 : Jury 3 (2PM – 3CB)

**Barres Asymétriques** : 3 agrès (dont une barre pour les petits degrés).

Agrès 1 : Jury 1 (2PB) et Jury 4 (1P et 3PB)

Agrès 2 : Jury 3 (2PM – 3CB) et Jury 5 (1C - 3PM)

Agrès 3 (petites barres) : Jury 2 (2CB – 2CM)

**Poutre** : 4 agrès.

Agrès 1 : Jury 1 (2PB)

Agrès 2 : Jury 4 (1P et 3PB) et Jury 5 (1C - 3PM)

Agrès 3 : Jury 3 (2PM – 3CB)

Agrès 4 (vers le mur d'escalade) : Jury 2 (2CB – 2CM)

**Sol** : 4 agrès.

Agrès 1 (piste dynamique) : Jury 5 (1C - 3PM)

Agrès 2 (bande praticable) : Jury 1 (2PB) et Jury 4 (1P et 3PB)

Agrès 3 (bande de praticable) : Jury 3 (2PM – 3CB)

Agrès 4 (bande vers mur d'escalade) : Jury 2 (2CB – 2CM)

Les musiques alterneront entre 1<sup>er</sup> et 2<sup>o</sup> puis 3<sup>ème</sup> et 4<sup>o</sup> ou 5<sup>o</sup>.

### BONNE COMPÉTITION A TOUS ET TOUTES !

La préparation de vos gymnastes en amont permettra de gérer au mieux cette compétition (dans la sérénité et les conditions propices à l'obtention des étoiles).

## CONSIGNES A L'ATTENTION DES ENTRAÎNEURS

## Pour une organisation en amont

### JEUNESSES Dimanche Après-midi

Il y a **5 jurys** qui se répartissent les degrés.

Merci d'être très attentifs et de **RESPECTER LE JURY ATTRIBUE**.

**Temps d'échauffement** : 4 minutes en Poutre et au Sol.  
5 minutes en Barres.  
En Saut : chaque gym a le droit à 2 sauts.

**Table de saut** : 3 agrès.

**Agrès 1** : Jury 1 (2PB) et Jury 4 (1P et 2CB)

**Agrès 2** : Jury 2 (1C – 2CM – 3PB) et Jury 5 (2PM)

**Agrès 3** : Jury 3 (3CB – 3PM)

**Barres Asymétriques** : 3 agrès (dont une barre pour les petits degrés).

**Agrès 1** : Jury 1 (2PB) et Jury 2 (1C – 2CM – 3PB)

**Agrès 2** : Jury 3 (3CB – 3PM) et Jury 5 (2PM)

**Agrès 3** (petites barres) : Jury 4 (1P et 2CB)

**Poutre** : 4 agrès.

**Agrès 1** : Jury 1 (2PB)

**Agrès 2** : Jury 2 (1C – 2CM – 3PB)

**Agrès 3** : Jury 3 (3CB – 3PM)

**Agrès 4** (vers le mur d'escalade) : Jury 4 (1P et 2CB) et Jury 5 (2PM)

**Sol** : 4 agrès.

**Agrès 1** (piste dynamique) : Jury 3 (3CB – 3PM)

**Agrès 2** (bande praticable) : Jury 1 (2PB)

**Agrès 3** (bande de praticable) : Jury 2 (1C – 2CM – 3PB) et Jury 5 (2PM)

**Agrès 4** (bande vers mur d'escalade) : Jury 4 (1P et 2CB)

Les musiques alterneront entre 1<sup>er</sup> et 2<sup>o</sup> puis 3<sup>ème</sup> et 4<sup>o</sup> ou 5<sup>o</sup>.

### **BONNE COMPÉTITION A TOUS ET TOUTES !**

La préparation de vos gymnastes en amont permettra de gérer au mieux cette compétition (dans la sérénité et les conditions propices à l'obtention des étoiles).