

CHALLENGES DÉPARTEMENTAUX DE GYMNASTIQUE FÉMININE

Les 9 et 10 Février 2019
à SAINT MARCELLIN
Organisés par LA JASM

Horaires de passage du DIMANCHE 10 Février 2019

1^{er} Horaire : Jeunesses D3

Echauffement et contrôle des licences: **A PARTIR DE 8 H 00**
Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes (pour les 2 équipes qui enchainent)
Compétition : **8 H 30 à 9 H 55**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
U. CHÂBONNAISE CHÂBONS J D3 9	JEANNE D'ARC ST MARCELLIN J D3 9	LA DAUPHINOISE COUBLEVIE J D3 9	ENTENTE GYMNIQUE ENTRE 2 GUIERS J D3 9
U. CHÂBONNAISE CHÂBONS J D3 9	JEANNE D'ARC ST MARCELLIN J D3 8	SDA GRENOBLE J D3 9	ENTENTE GYMNIQUE ENTRE 2 GUIERS J D3 9

2^{ème} Horaire : Jeunesses D3

Echauffement et contrôle des licences: **A PARTIR DE 9 H 35**
Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes (pour les 2 équipes qui enchainent)
Compétition : **10 H 05 à 11 H 20**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
LEGION VIENNOISE VIENNE J D3 9	LA FRAT BOURGOIN-JALLIEU J D3 9	UNION GYM. MONTELMAR J D3 9	AVANT-GARDE LA TOUR DU PIN J D3 9
OXYGYM LES ABRETS J D3 9	ESPRIT SPORT SEYSSUEL ESTRABLIN J D3 9	UNION GYM. MONTELMAR J D3 9	

3^{ème} Horaire : Aînées D3

Echauffement et contrôle des licences: **A PARTIR DE 11H 00**
Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes
Compétition : **11 H 30 à 12 H 45**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL
SDA GRENOBLE A D3 9	LA FRAT BOURGOIN-JALLIEU A D3 9	ESPRIT SPORT SEYSSUEL ESTRABLIN A D3 8	U. CHÂBONNAISE CHÂBONS A D3 9
AVANT GARDE LA TOUR DU PIN A D3 7	LA DAUPHINOISE COUBLEVIE A D3 7	LEGION VIENNOISE VIENNE A D3 8	

PALMARES JEUNESSES/AINEES et CHALLENGES D3 : 13h

1^{er} Horaire : Jeunesses D4

Echauffement et contrôle des licences : **A PARTIR DE 13 H 15**
 Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes
 Compétition : **14 H 00 à 15 H 15**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL	REPOS
ETOILE VOIRON J D4 9	LA DAUPHINOISE COUBLEVIE JD4 9	UNION SPORT. BEAUREPAIRE JD4 8	JEANNE D'ARC ST MARCELLIN J D4 8+1 AGT	SDA GRENOBLE JD4 9
UNION CHABONNAISE CHÂBONS J D4 9	ENTENTE GYMNIQUE ENTRE 2 GUIERS J D4 9	UNION SPORT. BEAUREPAIRE JD4 8	A.G LA TOUR DU PIN J D4 9	SDA GRENOBLE JD4 9

2^{ème} Horaire : Jeunesses D4

Echauffement et contrôle des licences : **A PARTIR DE 14 H 30**
 Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes
 Compétition : **15 H 15 à 16 H 30**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL	REPOS
JEANNE D'ARC ST MARCELLIN J D4 8	UNION GYM. MONTELMAR J D4 9	ESPRIT SPORT SEYSSUEL ESTRABLIN J D4 9	OXYGYM LES ABRETS JD4 9	GYM CLUB MONTALIEU J D4 6
LA FRAT B.JALLIEU J D4 9	UNION GYM. MONTELMAR J D4 9	ESPRIT SPORT SEYSSUEL ESTRABLIN J D4 9	OXYGYM LES ABRETS JD4 9	GYM CLUB MONTALIEU J D4 8

3^{ème} Horaire : Aînées D4

Echauffement et contrôle des licences : **A PARTIR DE 16 H 15**
 Echauffement aux agrès : 5 min au 1^{er} agrès puis 3 minutes
 Compétition : **16 H 45 à 17H 45**

SAUT	BARRES	POUTRE	SOL	REPOS
UNION GYM. MONTELMAR A D4 9	JEANNE D'ARC ST MARCELLIN A D4 9	LA FRAT BOURGOIN-JALLIEU A D4 9	ETOILE VOIRON A D4 7	AVANT GARDE LA TOUR DU PIN A D4 7

PALMARES JEUNESSES/AINEES et CHALLENGES D3 : 18h