

10 INSTRUCTION DSN

ENTRAINEMENTS

- GAM & GAF : les équipes de DN 1 & DN 2, ainsi que les groupes d'individuels (Junior & Senior) pourront s'entraîner le jeudi 20 mai sur le plateau de compétition selon les horaires suivants :

GAM	SOL	ARCONS	ANNEAUX	SAUT	B.P.	FIXE	REPOS
14h00 – 15h30 DN 2	1 ^{er} Qualifié	2 ^o Qualifié	3 ^o Qualifié	4 ^o Qualifié	5 ^o Qualifié	6 ^o Qualifié	
15h30 – 17h15 DN 2	SAINT CHAMOND	FRANCON- -VILLE	NOISY LE GRAND	MULHOUSE	MONTCEAU LES MINES	MORSANG SUR ORGE	INDIV. Gr.3
17h15 – 19h00 DN 1	BOURGES	AVIGNON	NANTES	STRASBOURG	OYONNAX	LA CELLE SAINT CLOUD	INDIV. Gr.2
19h00 – 20h45 DN 1	ORLEANS	ANTIBES	SOTTEVILLE	BOULAZAC	LA MADELEINE	CLAMART	INDIV. Gr.1

GAF	SAUT	BARRES	POUTRE	SOL	REPOS
14h00 – 15h00 DN 2	3 ^o Qualifié	4 ^o Qualifié	5 ^o Qualifié	6 ^o Qualifié	
15h00 – 16h00 DN 2	LA MADELEINE	MARSEILLE	1 ^{er} Qualifié	2 ^o Qualifié	
16h00 – 17h15 DN 2	MERIGNAC	ELBEUF	DUNKERQUE	DIJON	INDIV. Gr.3
17h15 – 18h15 DN 1	LE MANS	MONTPELLIER	SAINT ETIENNE	MANCHE	
18h15 – 19h30 DN 1	THANN	COMBS LA VILLE	HENIN BEAUMONT	TOULON	INDIV. Gr.2
19h30 – 20h45 DN 1	DIJON	ROUEN	AVOINE	MEAUX	INDIV. Gr.1

Echauffement : 30' avant le début de l'entraînement officiel, en salle d'échauffement.

Entraînement : 15' par agrès.

Pour les catégories Avenir et Espoir, aucun entraînement sur le plateau de compétition n'est possible.

- GR : les gymnastes pourront s'entraîner sur le plateau de compétition le jeudi 20 mai de 14h00 à 20h00. Le vendredi 21 mai, en raison de la compétition GAM/GAF, l'entraînement se fera en salle d'échauffement de 14h00 à 20h00, et sans utilisation de musique.

GR - FICHES TECHNIQUES & ARTISTIQUES

- GR : Les clubs ou pôles devront fournir, à l'accueil lors du retrait de leur dossier 5 (cinq) fiches « D1, D2 » par gymnaste et par engin pour toutes les catégories (sauf Avenir ML).

CERTIFICATS MEDICAUX (compétitions individuelles uniquement) :

- Les catégories Elite Senior & Junior, Espoir GAM, GAF & GR, doivent présenter un certificat médical de performance :
 - pour les catégories Espoir GAM/GAF/GR et Junior et Senior GR, ceux-ci seront contrôlés avant la compétition individuelle,
 - pour les catégories Junior et Senior GAM/GAF, pour pouvoir prétendre être qualifiés pour le concours individuel ainsi que pour les finales par agrès, les gymnastes devront présenter ce certificat lors du contrôle des licences du vendredi.

La Direction Sportive Nationale