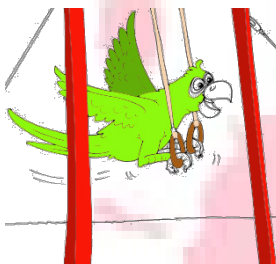
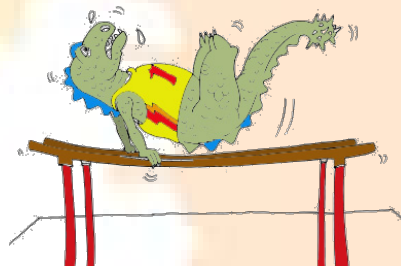
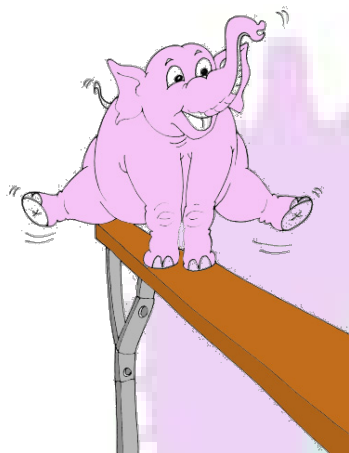




## Championnat Régional Parcours 3 Gymnastique Artistique Féminine & Masculine



Dimanche 2 juin 2013



Complexe sportif - « Stéphane DIAGANA »  
Sente des Garennes  
78570 Andrésy



# Parcours Régional 2013

DIMANCHE 2 JUIN 2013

- Le Gymnastique Club d'Andrésy est fier d'organiser le parcours 3, qui est une compétition de niveau régional destiné aux enfants âgés de 6 à 8 ans, inscrits dans les Clubs de Gymnastique de la région.
- Cette compétition est organisée sous l'égide de la Fédération Française de Gymnastique par le biais du CRIFO Ile de France Ouest.
- Le parcours 3 aura lieu dans un nouveau complexe qui a été inauguré en juin 2010. Voici l'adresse pour y accéder :

Complexe sportif  
« Stéphane DIAGANA »  
Sente des Garennes  
78570 ANDRESY



Les parcours sont une porte d'entrée essentielle vers les programmes compétitifs de la Fédération Française de Gymnastique.

Quelques rappels concernant l'organisation :

- L'accès au Gymnase sera fléché → ←
- Tous les gymnastes ayant passé avec succès le parcours 2 Départemental sont automatiquement inscrits pour le Parcours 3 Régional
- L'heure d'appel du club est indiquée dans l'organigramme joint : les gymnastes devront se présenter avec leurs licences et leur feuille de Parcours 3
- L'échauffement se fera dans une salle annexe. Il n'est pas prévu de répétition sur les différents ateliers avant l'entrée sur le plateau.
- Le premier groupe entamera le parcours une demi-heure après l'appel. Les groupes se succéderont ensuite toutes les 5 minutes.



- Tous les gymnastes présents se verront remettre une médaille de participation et les diplômes du Parcours Régional Or, Argent ou Bronze seront ensuite envoyés dans les clubs.



### Organigramme Parcours 3 Régional

Complexe sportif - « Stéphane DIAGANA » - Sente des Garennes - 78570 Andrésy

Dimanche 2 Juin 2013 - Andrésy

Les clubs devront fournir à chaque gymnaste sa feuille d'atelier du parcours 3, en prenant soin d'indiquer : Nom, Prénom, Club et N° du Groupe

Dép	Clubs	Groupe	Nbre de Gym	Appel	Début du parcours
78	Andrésy	1	7	13h30	14h
78	Andrésy	2	7		14h05
78	Andrésy	3	7		14h10
78	Andrésy	4	8		14h15
78	Vélizy	5	6		14h20
78	Vélizy	6	5		14h25
78	Meulan	7	5	14h00	14h30
78	Meulan	8	6		14h35
78	Meulan	9	5		14h40
78	Meulan	10	7		14h45
78	Chevreuse	11	8		14h50
					14h55
78	Houdan	12	7	14h30	15h00
78	Houdan	13	7		15h05
78	Houdan	14	6		15h10
78	Houdan	15	8		15h15
91	Brétigny sur Orge	16	7		15h20
91	Brétigny sur Orge	17	7		15h25
91	Brétigny sur Orge	18	6	15h00	15h30
91	Brétigny sur Orge	19	7		15h35
91	Brétigny sur Orge	20	6		15h40
91	Brétigny sur Orge	21	6		15h45
91	Brétigny sur Orge	22	6		15h50
91	Bures sur Yvette	23	6		15h55
91	Wissous	24	4	15h30	16h00
91	Epinay sous Sénart	25	3		16h05
91	Saint Michel Sur Orge	26	7		16h10
91	Saint Michel Sur Orge	27	8		16h15
91	Massy	28	6		16h20
91	Massy	29	6		16h25
91	Massy	30	6	16h00	16h30
91	Massy	31	6		16h35
91	Massy	32	6		16h40
91	Limours	33	7		16h45
91	Limours	34	7		16h50
91	Limours	35	7		16h55
91	Limours	36	6	16h30	17h00
95	Ezanville Ecoeu	37	8		17h05
95	Ezanville Ecoeu	38	8		17h10

Palmarès vers 17h15

Les forfaits seront enregistrés jusqu'au jeudi 23 mai. Au-delà les engagements seront considérés comme définitifs. Tous les forfaits doivent être signalés à Alain HABEAU. [ffg.crifo.tech@orange.fr](mailto:ffg.crifo.tech@orange.fr) ou au 01 72 67 40 01

**Département : Yvelines 78**

N°Licence	Grp	Noms	Prénoms	Année	Sexe	Clubs
23078.002.02812	1	AUSTRUY	Cécile	2005	F	Andrézy
23078.002.02811	1	AUSTRUY	Clémence	2005	F	Andrézy
23078.002.02974	1	BERVOVICCI	Philippine	2004	F	Andrézy
23078.002.02904	1	BLEAS	Louna	2006	F	Andrézy
23078.002.02840	1	BOUSCAREL	Agathe	2005	F	Andrézy
23078.002.03300	1	BOUVRET	Juliette	2004	F	Andrézy
23078.002.02851	1	CHÂTEAU	Alexia	2005	F	Andrézy
23078.002.02815	2	COUSIN	Maryna	2006	F	Andrézy
23078.002.02980	2	DA SILVA	Lena	2004	F	Andrézy
23078.002.02852	2	DUPOIS	Emilie	2004	F	Andrézy
23078.002.02906	2	DURAN	Yasemin	2006	F	Andrézy
23078.002.02976	2	FELLER	Lisa	2004	F	Andrézy
23078.002.03002	2	FURIGA	Cloé	2004	F	Andrézy
23078.002.02937	2	GRECO-BORDAGE	Noémie	2004	F	Andrézy
23078.002.02986	3	GROS	Maeva	2004	F	Andrézy
23078.002.02895	3	MADOURI-PENNANE	Louane	2006	F	Andrézy
23078.002.02988	3	MATHIEU	Pauline	2004	F	Andrézy
23078.002.02031	3	MENARD	Zoe	2006	F	Andrézy
23078.002.02886	3	OLIVEIRA	Mailen	2006	F	Andrézy
23078.002.02989	3	OUTIKHSI	Cheyma	2004	F	Andrézy
23078.002.02913	3	PINKERT	Pauline	2005	F	Andrézy
23078.002.02889	4	ROUCHY	Camille	2006	F	Andrézy
23078.002.02891	4	ROY	Alycia	2006	F	Andrézy
23078.002.02890	4	ROY	Sidney	2006	F	Andrézy
23078.002.02838	4	SERRANO	Ines	2005	F	Andrézy
23078.002.02856	4	TAHRAOUI	Ines	2004	F	Andrézy
23078.002.02993	4	TESTA	Clara	2004	F	Andrézy
23078.002.02936	4	TRIANA	Sophie	2005	F	Andrézy
23078.002.02919	4	ZIDI	Donia	2006	F	Andrézy
23078.011.04559	5	BLIN	Audrey	2005	F	Vélizy
23078.011.04152	5	CONDE HELIES	Marine	2004	F	Vélizy
23078.011.04687	5	DJENNADI	Lydia	2004	F	Vélizy
23078.011.04664	5	FOURTIER	Kimberlay	2005	F	Vélizy
23078.011.04523	5	LANIESSE	Léane	2006	F	Vélizy
23078.011.04363	5	LAVOISIER	Kassandra	2005	F	Vélizy
23078.011.04795	6	LUCAS	Hugo	2004	M	Vélizy
23078.011.04308	6	MARIE	Aurélia	2005	F	Vélizy
23078.011.04672	6	POULLAIN	Thais	2006	F	Vélizy
23078.011.04492	6	TRUEL	Camille	2006	F	Vélizy
23078.011.04635	6	WINCKEL	Eva	2004	F	Vélizy
23078.007.01224	7	ALLANIC	Justine	2006	F	Meulan
23078.007.01386	7	AZHARI	Louisa	2005	F	Meulan
23078.007.01221	7	BERTHELOT	Elsa	2004	F	Meulan
23078.007.01213	7	CELET	Maylis	2004	F	Meulan
23078.007.01215	7	CHEVALLIER	Nora	2006	F	Meulan
23078.007.01089	8	CLEUGNOU	Sidoni	2006	F	Meulan
23078.007.01370	8	CYTWINSKI	Angelina	2004	F	Meulan
23078.007.01205	8	DE SOUZA	Azenor	2005	F	Meulan
23078.007.00898	8	DUVERGER	Manon	2004	F	Meulan
23078.007.01275	8	FUENTES	Stella	2005	F	Meulan
23078.007.01174	8	GRANDGIRARD	Luna	2005	F	Meulan
23078.007.01353	9	HANRIOT	Mathilde	2006	F	Meulan
23078.007.01258	9	LABBE	Pauline	2004	F	Meulan

23078.007.01250	9	LAURET	Jade	2004	F	Meulan
23078.007.01396	9	LAURET	Adam	2004	M	Meulan
23078.007.01233	9	LOURACO	Candice	2004	F	Meulan
23078.007.01202	10	LOURME	Valentin	2005	M	Meulan
23078.007.01125	10	MENANT	Ludivine	2005	F	Meulan
23078.007.01391	10	MOLAYE	Solene	2005	F	Meulan
23078.007.01276	10	OLIVE	Anouk	2005	F	Meulan
23078.007.01361	10	SERAZIN	Maëlle	2006	F	Meulan
23078.007.01292	10	SONN CONGALVES	Lena	2005	F	Meulan
23078.007.01318	10	TABORE FERNANDES	Loal	2005	F	Meulan
23078.017.01250	11	BARAER	Morgane	2004	F	Chevreuse
23078.017.01264	11	BENLOUNIS	Belinda	2005	F	Chevreuse
23078.017.01270	11	CARON	Camille	2004	F	Chevreuse
23078.017.01271	11	CASSERT	Ingrid	2006	F	Chevreuse
23078.017.01275	11	CHOMBART	Alix	2004	F	Chevreuse
23078.017.01195	11	GABALDE	Mai	2004	F	Chevreuse
23078.017.01289	11	GAVA	Olympia	2006	F	Chevreuse
23078.017.01326	11	SERREAU	Mérodie	2005	F	Chevreuse
23078.033.01196	12	BARJOT	Léonore	2004	F	Houdan
23078.033.01560	12	BARJOT	Pierre	2006	M	Houdan
23078.033.02191	12	CARRE	Chloé	2004	F	Houdan
23078.033.01979	12	CHERON	Léa	2004	F	Houdan
23078.033.02110	12	CHERON	Clara	2006	F	Houdan
23078.033.02130	12	DELCHART	Candice	2006	F	Houdan
23078.033.02131	12	DELZONGLE	Nina	2005	F	Houdan
23078.033.02199	13	EVEILLARD	Fanny	2004	F	Houdan
23078.033.02201	13	FORTIN	Camille	2004	F	Houdan
23078.033.01661	13	GONCALVES	Ethan	2005	M	Houdan
23078.033.02140	13	HASCOET	Charlotte	2004	F	Houdan
23078.033.01967	13	HENRY	Alice	2005	F	Houdan
23078.033.02159	13	LEGRAND	Lilou	2005	F	Houdan
23078.033.02093	13	LEJAL	Laura	2004	F	Houdan
23078.033.02211	14	LEVY	Léa	2006	F	Houdan
23078.033.01643	14	MAILLOT	Pauline	2006	F	Houdan
23078.033.02913	14	MALLET	Léane	2005	F	Houdan
23078.033.01914	14	MAREST	Aurélie	2004	F	Houdan
23078.033.02162	14	RIVOLLET	Erika	2005	F	Houdan
23078.033.01087	14	ROCHE	Ludivine	2005	F	Houdan
23078.033.02091	15	SABBAN	Eliott	2004	M	Houdan
23078.033.02226	15	SILVA DA CUNHA	Alyssa	2006	F	Houdan
23078.033.02228	15	TABUTIN	Jade	2005	F	Houdan
23078.033.01656	15	TEIXEIRA	Clara	2006	F	Houdan
23078.033.02041	15	TERLET	Maëlou	2006	F	Houdan
23078.033.01398	15	THIOLLET	Noée	2004	F	Houdan
23078.033.02156	15	TIGLYENE	Sarah	2006	F	Houdan
23078.033.01553	15	VILLETTE	Matis	2004	M	Houdan

2004	41	102
2005	31	95
2006	30	7

**Département : Essonne 95**

N°Licence	Grp	Noms	Prénoms	Année	Sexe	Clubs
23095.354.00738	37	BLALL	Safia	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00734	37	BUGLIO	Lisa	2004	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00716	37	DOUMBIA	Aminata	2007	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00736	37	DUPONT	Manon	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00481	37	GUILLOT	Lucille	2006	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00638	37	HOCQUET	Leana	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00682	37	LAVOGIEZ	Liam	2006	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00307	37	L'HOMME	Clara	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00300	38	MENGIN	Lucas	2005	M	Ezanville Ecoen
23095.354.00740	38	MICHONSKI	Milo	2005	M	Ezanville Ecoen
23095.354.00517	38	MOIZO FROMENT	Tim	2006	M	Ezanville Ecoen
<b>Non Licenciée</b>	38	QUILLEVERE	Alicia	2004	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00236	38	RITO	Robin	2004	M	Ezanville Ecoen
23095.354.00733	38	ROUE	Elena	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00339	38	SIECA	Camille	2005	F	Ezanville Ecoen
23095.354.00703	38	VANITOU	Mathys	2006	M	Ezanville Ecoen

2004 3

11

2005 8

5

2006 4

16

2007 1



Département : Essonne 91

N°Licence	Grp	Noms	Prénoms	Année	Sexe	Clubs
23091.125.02887	16	ANDOUILLET	Lola	2004	F	Brétigny
23091.125.02632	16	ANEZO	Léane	2004	F	Brétigny
23091.125.02929	16	BACCOUCHE	Jassem	2006	M	Brétigny
23091.125.02933	16	BARRE	Cassandra	2005	F	Brétigny
23091.125.03029	16	BIR	Marie	2004	F	Brétigny
23091.125.02783	16	CHAUX	Chloé	2005	F	Brétigny
23091.125.02230	16	CHPOLIANSKY	Lily	2004	F	Brétigny
23091.125.02416	17	CHPOLIANSKY	Anna	2006	F	Brétigny
23091.125.02419	17	CRINE	Alicia	2006	F	Brétigny
23091.125.02832	17	DAVID	Mayliss	2004	F	Brétigny
23091.125.02943	17	DE CHATEAUVIEUX	Amandine	2004	F	Brétigny
23091.125.02944	17	DECOUFLET	Heloise	2004	F	Brétigny
23091.125.02936	17	DERIAN	Celia	2006	F	Brétigny
23091.125.02427	17	DERIAN	Louane	2004	F	Brétigny
23091.125.02538	18	DESQUEST	Emilien	2004	M	Brétigny
23091.125.03017	18	DUSSERT	Léane	2006	F	Brétigny
23091.125.02594	18	FERNANDES	Erell	2005	F	Brétigny
23091.125.02937	18	GUYON	Celeste	2004	F	Brétigny
23091.125.02615	18	HMEINSALEM	Leyla	2006	F	Brétigny
23091.125.02798	18	KHARBACHE SELYA	Seyla	2004	F	Brétigny
23091.125.02696	19	LABATUT	Emmanuel	2004	F	Brétigny
23091.125.02972	19	LARGE	Johanna	2006	F	Brétigny
23091.125.02894	19	LEVEVRE	Blanche	2005	F	Brétigny
23091.125.02622	19	MERY BAO	Lam	2005	M	Brétigny
23091.125.02191	19	MESSIAS PACHECO	Flavie	2004	F	Brétigny
23091.125.02353	19	MONCEL	Eliane	2004	F	Brétigny
23091.125.02844	19	MOREL	Marie	2004	F	Brétigny
23091.125.02813	20	PAPILLON	Mathis	2004	M	Brétigny
23091.125.02897	20	PRATS	Eloise	2004	F	Brétigny
23091.125.02567	20	PRELE	Martin	2004	M	Brétigny
23091.125.02478	20	QUERTIER	Lydia	2004	F	Brétigny
23091.125.03023	20	SAINGERY	Julien	2005	M	Brétigny
23091.125.02819	20	SCHULLER	Melyna	2004	F	Brétigny
23091.125.02489	21	SENRENS	Manon	2004	F	Brétigny
23091.125.02905	21	SIDIBE	Mariam	2006	F	Brétigny
23091.125.02907	21	SLITINE ALAOUI	Imane	2005	F	Brétigny
23091.125.02885	21	TAN	Charlotte	2004	F	Brétigny
23091.125.02491	21	THEODORA	Cyane	2005	F	Brétigny
23091.125.03024	21	THIELLEUX	Alienor	2004	F	Brétigny
23091.125.02493	22	VACHER	Sarah	2006	F	Brétigny
23091.125.02910	22	VAN DE VELDE	Loane	2004	F	Brétigny
23091.125.02751	22	VARANDAS TAVARES	Eva	2004	F	Brétigny
23091.125.02171	22	VARANGE	Dorillis	2004	F	Brétigny
23091.125.02994	22	VILLAUME	Laurine	2005	F	Brétigny
23091.125.02951	22	WALLARD	Dorysse	2004	F	Brétigny
23078.165.00902	23	CLAES	Elsa	2006	F	Bures S/Y
23078.165.00814	23	ENJALBERT	Luna	2006	F	Bures S/Y
23078.165.00838	23	FOSSEY	Louèn	2006	F	Bures S/Y
23078.165.00758	23	GARAY	Pauline	2006	F	Bures S/Y
23078.165.00905	23	GENEST	Alois	2006	M	Bures S/Y
23078.165.00907	23	OUHADJ	Shayna	2006	F	Bures S/Y
23091.131.11728	24	FREITAS	Martin	2005	M	Wissous
23091.131.11510	24	JOETS	Malo	2005	M	Wissous



23091.131.12069	24	MARTIN	Thibault	2004	M	Wissous
23091.131.11588	24	ROY	Corentin	2005	M	Wissous
23078.104.02443	25	BEUGNON	Lola	2006	F	Epinay S/S
23091.104.03031	25	EZZINE	Selma	2005	F	Epinay S/S
23091.104.02984	25	PEDRO	Petronille	2004	F	Epinay S/S
23091.122.01852	26	BARTOLINI	Clara	2006	F	St Michel
23091.122.01942	26	BEN SEBOUAI	Sarah	2006	F	St Michel
23091.122.01941	26	BENCHETRAT	Saina	2006	F	St Michel
23091.122.01915	26	DE MALAGALAES	Melissa	2005	F	St Michel
23091.122.01871	26	FULGENCIO	Telma	2006	F	St Michel
23091.122.01972	26	FURLAN	Inès	2005	F	St Michel
23091.122.01791	26	GALLOPIN	Elisa	2005	F	St Michel
23091.122.01981	27	IOGNA	Orlane	2005	F	St Michel
23091.122.01983	27	JULIEN	Axel	2006	M	St Michel
23091.122.02700	27	NDEBKA	Mirella	2005	F	St Michel
23091.122.02001	27	N'DIAYE	Diarry	2005	F	St Michel
23091.122.02004	27	NOLLET	Zoé	2005	F	St Michel
23091.122.02008	27	PEREZ	Leila	2004	F	St Michel
23091.122.01558	27	ROBIN	Charris	2004	F	St Michel
23091.122.01733	27	TOM	Karelle	2004	F	St Michel
23091.110.00393	28	AIT ALI	Yasmine	2005	F	Massy
23091.110.27030	28	AUBOURG	Sonia	2004	F	Massy
23091.110.11006	28	BERCEGEAY	Nathan	2005	M	Massy
23091.110.11009	28	BERGOT	Marie	2004	F	Massy
23091.110.00499	28	BILLE	Anais	2004	F	Massy
23091.110.00643	28	BOLIN	Maëlys	2005	F	Massy
23091.110.23997	29	CARIOU	Mathilde	2005	F	Massy
23091.110.00146	29	CEALY	Ewan	2004	M	Massy
23091.110.00360	29	CESARIN	Naële	2006	F	Massy
23091.110.00380	29	CHAMBENOIS	Nora	2005	F	Massy
23091.110.00644	29	CORNELLI	Maia	2006	F	Massy
23091.110.00672	29	CROS	Coline	2004	F	Massy
23091.110.27081	30	DI PEDE	Emma	2004	F	Massy
23091.110.00093	30	DIDOU	Amandine	2004	F	Massy
23091.110.00104	30	FERRIER	Clélia	2004	F	Massy
23091.110.27102	30	GAUDIN	Lucy	2004	F	Massy
23091.110.24249	30	GUILLAUME	Cassandra	2006	F	Massy
23091.110.29075	30	JANGAL	Adrien	2006	M	Massy
23091.110.00116	31	LEBOURGEOIS	Noémi	2006	F	Massy
23091.110.00183	31	LIGNIERES	Romain	2004	M	Massy
23091.110.11040	31	MORIEZ	Robin	2004	M	Massy
23091.110.00130	31	OSARENREN	Remi	2005	M	Massy
23091.110.00509	31	OUARY	Lilie	2005	F	Massy
23091.110.00630	31	PIERS	Kéllia	2004	F	Massy
23091.110.27202	32	PINO	Roman	2004	M	Massy
23091.110.00675	32	PINSON	Alicia	2004	F	Massy
23091.110.00152	32	QUINTARD	Mathieu	2004	M	Massy
23091.110.00342	32	SAGNOLE	Chloé	2006	F	Massy
23091.110.29073	32	VETIER	Candice	2005	F	Massy
23091.110.28159	32	VIGO	Anthony	2005	M	Massy
23091.107.03337	33	AZALBERT	Romane	2005	F	Limours
23091.107.02909	33	BERTOUX	Alessia	2005	F	Limours
23091.107.03795	33	BEUZAIN	Marianne	2004	F	Limours
23091.107.03785	33	BILLANT	Yann-Alan	2005	M	Limours
23091.107.03718	33	BOURGEOIS	Mathilde	2006	F	Limours
23091.107.03148	33	ESCOUROLLES	Lisa	2005	F	Limours

23091.107.03492	33	FARACI	Julie	2006	F	Limours
23091.107.03723	34	FICAT	Mila	2006	F	Limours
23091.107.03639	34	FOURNIER	Eloi	2005	M	Limours
23091.107.03717	34	FRANCISCO	Maélie	2005	F	Limours
23091.107.03726	34	GENINASCA	Astrid	2006	F	Limours
23091.107.02955	34	GOMES COELHO	Léony	2004	F	Limours
23091.107.03947	34	GRANDMAIRE	Chloé	2005	F	Limours
23091.107.03291	34	HACHET	Olivia	2005	F	Limours
23091.107.03506	35	HUNGBO	Garance	2006	F	Limours
23091.107.03930	35	KERGOT	Ines	2004	F	Limours
23091.107.03724	35	KHALAG	Roxana	2005	F	Limours
23091.107.03720	35	LAIGNEL	Bertille	2006	F	Limours
23091.107.03719	35	LAMALLE	Léa	2004	F	Limours
23091.107.03104	35	LE FOLLOTEC	Lola	2006	F	Limours
23091.107.03156	35	LE SAOUT-DUTAY	Julie	2005	F	Limours
23091.107.03715	36	LEBLOND	Elyne	2005	F	Limours
23091.107.03330	36	MOLLICONE	Isaline	2005	F	Limours
23091.107.03163	36	PERALTA	Emma	2006	F	Limours
23091.107.03071	36	SCIARE	Markos	2004	M	Limours
23091.107.03928	36	VIARD	Perrine	2005	F	Limours
23091.107.03829	36	VOREMPERG	Madeline	2004	F	Limours

2004 53 132

2005 43 107

2006 36 25



Feuille de présence des Juges Parcours Régional  
Complexe sportif - « Stéphane DIAGANA » - Sente des Garennes - 78570 Andrésy  
Dimanche 2 Juin 2013 - Andrésy

Peuvent juger : Tous les juges de tout niveau, les entraîneurs et les cadres en formation.  
Convocation des juges à : 13h00

Atelier	Agrès	Élément	Texte	Juge N° 1	Noms	Juge N° 2	Noms
1	Sol	Roulade Avant	<u>Roulade avant</u> corps groupé puis <u>roulade avant jambes écartées</u>	Brétigny		Ezanville Ecoeu	
2	Sol	Roulade Arrière	<u>Roulade arrière groupée</u> Départ et Arrivée debout	Bures sur Yvette		Saint Michel sur Orge	
3	Sol	ATR	<u>ATR dos au mur</u> tenu 3 sec (départ et retour en fente)	Epinay sous Sénart		Meulan	
4	Sol	Roue	<u>Roue</u> latérale ou avec 1/4 de tour	Limours		Andrésy	
5	Saut	Sans Elan	Sauter sur minitramp puis <u>roulade AV avec envol</u> (obstacle: 20x20cm) sur tapis (80cm)	Massy		Houdan	
6	Saut	Avec élan	Course <u>préappel tremplin</u> impulsion minitramp <u>saut de lapin tendu</u> tapis à 1m	Wissous		Meulan	
7	Barres	Appui	<u>Sauter à l'appui</u> barre inf (1m) <u>Prise d'élan</u> et <u>sortie arrière</u>	Saint Michel sur Orge		Andrésy	
8	Barres	Suspension	<u>2 à 3 Balancers barre inf jambes pliés</u> , départ libre	Andrésy		Houdan	
9	Barres	Renversement	<u>Renversement arrière barre inf</u> (départ jambes libres)	Chevreuse		Brétigny sur Orge	
10	Barres	Renversement	<u>Renversement avant barre sup</u> descente contrôlée équerre groupée	Houdan		Massy	
11	Poutre	Equilibre	Poutre (1m) Marcher 1/2 pointes <u>sauter bloc (20x20cm)</u> puis <u>saut groupé en sortie</u>	Meulan		Limours	
12	Prép Gym	Posture	<u>Arabesque</u> 3 sec ou <u>Planche</u> 3 sec	Massy		Vélizy	
13	Prép Gym	Battement et Fente (Combinaisons)	<u>Battement Droite ou Gauche</u> puis <u>Fente</u> et <u>pose de mains</u>	Ezanville Ecoeu			
14	Prép Gym	Souplesse	<u>Fermeture</u> se redresser écarter les jambes et <u>Ecrasement facial 3s</u> (bras parallèles, jambes à 90°)	Brétigny sur Orge			
15	Prép Gym	Saut	Saut 1 tour	Limours			



Récapitulatif clubs, engagements et juges  
Complexe sportif - « Stéphane DIAGANA » - Sente des Garennes - 78570 Andrésey  
Dimanche 2 Juin 2013 - Andrésey

Convocation des juges à : 13h00

Pour 1 à 11 gymnates : 1 juge  
Pour 12 à 21 gymnastes : 2 juges  
Pour plus de 21 gymnastes : 3 juges

Départ	Clubs	Nombre de gym	Nombre de juges
91.135	Brétigny sur orge	45	3
91.165	Bures sur Yvette	6	1
91.104	Epinay sous Sénart	3	1
91.107	Limours	27	3
91.110	Massy	30	3
91.131	Wissous	4	1
91.122	Saint Michel sur Orge	15	2
78.002	Andrésey	29	3
78.017	Chevreuse	8	1
78.033	Houdan	28	3
78.007	Meulan	23	3
78.011	Vélizy	11	1
95.354	Ezanville Ecouaen	16	2

Clubs

245

27

Les forfaits seront enregistrés jusqu'au jeudi 23 mai. Au-delà les engagements seront considérés comme définitifs. Tous les forfaits doivent être signalés à Alain HABEAU.  
ffg.crifo.tech@orange.fr ou au 01 72 67 40 01














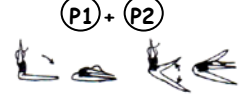

**Parcours 3**

Nom :

Prénom :

Année :

Club :

Agres		Elément	Texte	Dessin	Exigences : 1,00 pt Bonification : 1,00 pt	
SOL	1	<b>Roulade Avant</b> (Combi + Evol)	<u>Roulade avant</u> corps groupé puis <u>roulade avant jambes écartées</u>	 (P1)+	> Roul av pieds/genoux serrés > Roulade écart Jambes tendues > <i>Enchaînement des 2 roulades sans arrêt</i>	
	2	<b>Roulade Arrière</b> (Evolution)	<u>Roulade arrière groupée</u> Départ et Arrivée debout		> Respect de l'axe > Arrivée sur les pieds > <i>Bras tendus</i>	
	3	<b>ATR</b> (Evolution)	<u>ATR dos au mur</u> tenu 3 sec (départ et retour en fente)	 3 sec	> Alignement bras-tronc-jambe > <i>Départ et retour en fente</i>	
	4	<b>Roue</b> (Evolution)	<u>Roue</u> latérale ou avec 1/4 de tour	 ou	> Alignement bras-tronc-jambes > Jambes tendues > <i>Roue sur ligne</i>	
SAUT	5	<b>Sans Elan</b> (Evolution)	Sauter sur minitramp puis <u>roulade AV avec envol</u> (obstacle: 20x20cm) sur tapis (80cm)		> Arrivée accroupie > <i>Envol Corps tendu</i>	
	6	<b>Avec élan</b> (Evolution)	Course <u>préappel tremplin</u> impulsion minitramp <u>saut de lapin tendu</u> tapis à 1m		> Enchaînement des actions > <i>Courbette Jambes tendues</i>	
BARRES	7	<b>Appui</b> (Combinaison)	<u>Sauter à l'appui</u> barre inf (1m) <u>Prise d'élan</u> et <u>sortie arrière</u>	 (P1)+ + (P2)	> Gainage Jbes tendues serrées > Enchaînement des éléments > <i>Appui actif Bras tendus</i>	
	8	<b>Suspension</b> (Evolution)	<u>2 à 3 Balancers barre inf jambes pliés</u> départ libre		> Dos rond > <i>Genoux serrés</i>	
	9	<b>Renversement</b> (Evolution)	<u>Renversement arrière barre inf</u> (départ jambes libres)		> Reprise d'appui > Dos rond > <i>Jambes tendues</i>	
	10	<b>Renversement</b> (Evolution)	<u>Renversement avant barre sup</u> descente contrôlée équerre groupée		> Descente contrôlée par le passage en chandelle tendue > <i>Maintien équerre groupée 3 sec</i>	
POUTRE	11	<b>Equilibre</b> (Combi + Evol)	Poutre (1m) Marcher 1/2 pointes <u>sauter bloc (20x20cm)</u> puis <u>saut groupé en sortie</u>		> Réception 1 pied devant l'autre > <i>Sans déséquilibre</i>	
PREPARATION GYMNIQUE	12	<b>Posture</b> (Evolution)	<u>Arabesque</u> 3 sec ou <u>Planche</u> 3 sec	 3 sec ou 3 sec	> Jambe à l'horizontale > <i>Posture équilibrée (ss mvt)</i>	
	13	<b>Battement et Fente</b> (Combinaison)	<u>Battement Droite ou Gauche</u> puis <u>Fente</u> et <u>pose de mains</u>		> Batt jambes tendues buste droit > Alignement Bras-tronc-jambe ar > <i>Maintien de l'alignement à la pose des mains</i>	
	14	<b>Souplesse</b> (Combinaison)	<u>Fermeture</u> se redresser écarter les jambes et <u>Ecrasement facial 3s</u> (bras parallèles, jambes à 90°)	 (P1)+ (P2)	> Jambes tendues > Fermeture / Menton au sol > <i>Maintien ventre au sol</i>	
	15	<b>Saut</b> (Evolution)	Saut 1 tour	 1 tour	> Jambes serrées durant tout l'exercice > <i>Réception stabilisée</i>	
		ADMIS	OUI	NON	TOTAL	