



Comité de Gironde de Gymnastique

NOTE D'INFORMATIONS

COMPETITION : GAF/GAM INDIV PERF ET FED

Date : 9 et 10 décembre 2023.

Lieu : Plaine des sports Gilbert MOGA à la Teste de Buch.

Entrée : 5 euros pour les plus de 12 ans.

Informations générales

- Représentant FFG et responsable de la compétition : Stéphane SASSENHAGEN.
- Responsable informatique : Stéphane ALTUNA.
- Responsable juge : Alice LABARTHE 06-74-22-02-41 (GAF) / Clément ALLAIN 06-79-66-05-59 (GAM).

Règlementation

- Règlementation technique FFG, brochure des programmes FFG + lettres FFG, brochure régionale.
- Système de rentrée des notes par ordinateur.
- Contrôle des licences avant l'échauffement.

Médical

- Médecin : à définir.
- Les gymnastes doivent fournir leur élastoplaste en cas de blessure.

Echauffement

- Echauffement articulaire 20 mn avant le début de la compétition en salle de danse.
- Echauffement spécifique à l'agrès s'effectuera juste avant le passage :

Performance : 5' au sol et géré par les juges experts à l'agrès selon la réglementation.

Fédéral : 35 secondes par gymnaste.

Rappels

- **Le samedi, pour les GAF saut réception en fosse et pour les GAM réception en dur.**
- Forclusion 10 jours avant la compétition soit le 29 novembre 2023.
- Paiement des engagements entre la date de forclusion et la veille de la compétition soit du 30 novembre au 8 décembre 2023.
- Jugegym : engagement nominatif au plus tard le 26 novembre 2023.
- Djgym : déposer les musiques sur djgym (sans caractères spéciaux) **avant le jeudi** qui précède la compétition.