

**COMPETITION DEPARTEMENTALE UFOLEP**  
**HONNEUR – EXCELLENCE- UFOREVER – NATIONALE – NATIONALE B – NATIONALE A**  
**Palais des sports Pierre de Coubertin – 10 avenue de Geesthacht- 78 370 PLAISIR**  
**Samedi 2 & Dimanche 3 Décembre 2017**

Seconde compétition de la saison : la plus importante, car nos gymnastes tenteront de décrocher le précieux sésame : une place pour le Championnat National à Caudry en janvier !

Cette rencontre se déroulera à Plaisir au Palais des sports Pierre de Coubertin – 10 avenue de Geesthacht.

Nos 22 gymnastes sont attendues :

**Samedi 2 Décembre 2017**

Nom	Prénom	Catégorie	Heure de convocation	Echauffement n°1	Passage n°1	Echauffement n°2	passage n°2
STELLA	Sophialou	Excellence 11-12	9h00	9h50	10H50	10H55	11H55
DISSEZ	Evanne		9h00	9h55	10h55	10h57	11h57
LE BIHAN	Clara	pré excellence 11- 12	10h20	11h07	12h07		
LAGADEC	Anaé		10h00	10h52	11h52		
CREACH	Assia	Excellence 15-16	11h30	12h04	13h04	13h20	14h20
LU HSING	Rachel	Nationale 14-16	13H50	14h30	15h30	15h40	16h40
FOURNIER	Margaux		14h00	14h54	15h54	16h04	17h04
KERNEUR	Marie-Maela	Honneur 11-12	13h50	14h32	15h32		
PLANARD LUONG	Camile	Nat B 13-16	15h40	16h56	17h56	17h40	18h40
SMAALI	Nahila		16h30	17h26	18h26	18h06	19h06
LEBRUN	Manon	Excellence 17-18	16h30	17h14	18h14	17h52	18h52
ASTIER	Sophie	Uforever	16h30	17h38	18h38		

**Dimanche 3 Décembre 2017**

Nom	Prénom	Catégorie	Heure de convocation	Echauffement n°1	Passage n°1	Echauffement n°2	passage n°2
SELLIN	Célia	Excellence 19+	9h20	9h47	10h47	10h53	11h53
LOPERE	Emilie	Honneur 11-12	9h30	10h07	11h07		
LOUIS	Eva	Honneur 17+	10h30	11h05	12h05		
DUBOIS	Aurore	Nat A	11h30	12h04	11h04	12h56	11h56
AYME	Tara	Nat 11 -13	11h30	12h08	13h08	12h52	13h52
SMAALI	Sakina		11h30	12h20	13h20	13h04	14h04
BROOKS	Joyce	Pré excellence 15+	12h00	12h48	13h48		
SAADI	Elisa	Nationale 17+	13h30	14h09	15h09	14h47	15h47
CHAROLLAIS	Morgane	Honneur 15-16	13h30	14h25	15h25		
HARVEY	Lucie		14h20	15h19	16h19		

Entraîneurs :

Brenda : 06 63 06 28 52

Amélie : 06 07 01 10 84

N'hésitez pas à nous contacter si besoin....



Prévoir un sac de sport assez grand pour contenir :

- ✓ Ma tenue : Débardeur + short, claquettes, jogging + baskets, serviette éponge ou gant de toilette, bouteille d'eau
- ✓ Mes affaires : JUSTAUCORPS, demi-pointes, ENGINs, accessoires de coiffure, maquillage
- ✓ Encas : fruits, barres de céréales, sandwichs
- ✓ Son sourire ou autre expression

*La victoire se trouve au bout de l'effort, « Vous ne perdez jamais. Soit vous gagnez, soit vous apprenez »*

### Mon attitude POSITIVE : ✓

Envers mes entraîneurs mais aussi les autres gymnastes, qu'elles soient du club ou non.

### De venir soutenir les autres gymnastes : ✓

**PARENTS et GYMNASTES !** Vous êtes invités à venir encourager toutes les gymnastes du club tout au long du weekend !

N'oubliez pas de venir aux couleurs de l'ASRA (corail) et de vous regrouper dans les gradins pour pouvoir encourager vos enfants tous ensemble dans un esprit d'équipe et de convivialité.

Entraîneurs :

Brenda : 06 63 06 28 52

Amélie : 06 07 01 10 84

N'hésitez pas à nous contacter si besoin....