



FFG COMPETITION REGIONAL 2 INDIVIDUEL NATIONALE DUO



**Nous attendons les gymnastes et les parents DANS LES GRADINS
GYMNASE CORNUEL- Allée Cornuel, 91510 Lardy**

**Pensez à avoir une ATTITUDE POSITIVE ET VENIR SOUTENIR LES AUTRES GYMNASTES
Entrée Payantes : 3€ , gratuit pour les licenciés et les moins de 12 ans**

SAMEDI 16 mars 2019

Passage	Equipe	NOM	Convocation	Echauffement	Passage
Rotation : 14h00 - 15h35 / Régional 2 Individuel					
2	Regional 2 Individuel 10-11 ans	Elise PONS	12 :50	13 :20	14 :08
4		Louna LECOINTRE	13 :00	13 :25	14 :14
11		Laurence ROUBINET	13 :20	13 :50	14 :42
13		Marie DUPETY	14 :00	14 :00	14 :50
20		Zoé MARQUES	14 :25	14 :25	15 :16

DIMANCHE 17 mars 2019

Passage	Equipe	NOM	Convocation	Echauffement	Passage
Rotation : 14h35 -16h00 / Federale B 13 ans et moins, National Duo 13 ans et moins					
52	National Duo 13 ans et moins	Claire, Manel	12 :00	13 :00	14:30

Check-list pour préparer sa compétition...

Ma tenue

Mes affaires

Justaucorps + housse		Engin(s)		Amélie 06.07.01.10.84
Débardeurs + Short		Elastiques		Sophie 06.19.05.03.70
Claquettes		Serviette éponge / gant de toilette		Myriam 06.27.07.27.16
Demi-pointes		Accessoires de coiffure		
		Maquillage		
		Bouteille d'eau		
		Encas		
		Petit sac pour transporter mes affaires		