

ORGANIGRAMMES 2020

GAM/GAF

Finale Régionale Equipes Fédrales "A" GAF - 7 et 8 mars US Laval

305 équipes engagées

Fédérales A 10 ans et +

Fédérales A 14 ans et +

Fédérales A 12/15 ans

Fédérales A 10/13 ans

Fédérales A 10/11 ans

58
49
70
75
53

200 équipes qualifiées

35 (A 20 / B 15)

30 (A 15 / B 15)

45 (A 15 / B 15 / C 15)

55 (A 20 / B 20 / C 15)

35 (A 20 / B 15)

au 7 janvier

GRANDE SALLE

1 praticable - 2 poutres - 2 barres - 2 sauts

Format 5/4/3

Déplacement 1' - Echauffement 3' - 8 gyms (à 1'30) 12'

1 rotation 16'

5 agrès 1h20

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

SAMEDI

GAF

Féd. A 10 ans et + "Finale A" (20)

1er tour	8h40-10h00	5
2ème tour	10h00-11h20	5

3ème tour	11h20-12h40	5
4ème tour	12h40-14h00	5

Palmarès 20h30

Féd. A 10/13 ans "Finale A" (20)

1er tour	15h00-16h20	5
2ème tour	16h20-17h40	5

1h20

3ème tour	17h40-19h00	5
4ème tour	19h00-20h20	5

Palmarès 20h30

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

Féd. "A" 14 ans et + "Finale A" (15)

1er tour	9h00-10h20	5
2ème tour	10h20-11h40	5
3ème tour	11h40-13h00	5

1h20

Palmarès 13h10

Féd. A 12/15 ans "Finale A" (15)

1er tour	14h00-15h20	5
2ème tour	15h20-16h40	5
3ème tour	16h40-18h00	5

1h20

Palmarès 18h10

GAF

Féd. A 10/11 ans "Finale A" (20)

1er tour	8h40-10h00	5
2ème tour	10h00-11h20	5

3ème tour	11h20-12h40	5
4ème tour	12h40-14h00	5

Féd. A 10/13 ans "Finale B" (20)

1er tour	15h00-16h20	5
2ème tour	16h20-17h40	5

3ème tour	17h40-19h00	5
4ème tour	19h00-20h20	5

SALLE DE BASKET

1 praticable - 1 poutre - 1 barre - 1 saut

Format 5/4/3

Déplacement 1' - Echauffement 3' - 4 gyms (à 2'15) 8'

1 rotation 12'

5 agrès 1h00

Echauffement aux agrès en salle de compétition et 3 minutes à l'agrès

SAMEDI

GAF

Féd. A 10 ans et + "Finale B" (15)

Echauffement salle de compétition : 25'

1er tour	9h30-10h30	5
----------	------------	---

1h

Echauffement salle de compétition : 25'

2ème tour	11h00-12h00	5
-----------	-------------	---

Echauffement salle de compétition : 25'

3ème tour	12h30-13h30	5
-----------	-------------	---

Palmarès 13h45

Pause: 1h

Féd. A 10/11 ans "Finale B" (15)

Echauffement salle de compétition : 25'

1er tour	14h30-15h30	5
----------	-------------	---

1h

Echauffement salle de compétition : 25'

2ème tour	16h00-17h00	5
-----------	-------------	---

Echauffement salle de compétition : 25'

3ème tour	17h30-18h30	5
-----------	-------------	---

Palmarès 18h45

DIMANCHE

Echauffement aux agrès en salle de compétition et 3 minutes à l'agrès

Féd. A 10/13 ans "Finale C" (15)

Echauffement salle de compétition : 25'

1er tour	9h00-10h00	5
----------	------------	---

1h

Echauffement salle de compétition : 25'

2ème tour	10h30-11h30	5
-----------	-------------	---

Echauffement salle de compétition : 25'

3ème tour	12h00-13h00	5
-----------	-------------	---

Palmarès 13h15

Pause: 1h

Féd. A 12/15 ans "Finale C" (15)

Echauffement salle de compétition : 25'

1er tour	14h00-15h00	5
----------	-------------	---

1h

Echauffement salle de compétition : 25'

2ème tour	15h30-16h30	5
-----------	-------------	---

Echauffement salle de compétition : 25'

3ème tour	17h00-18h00	5
-----------	-------------	---

Palmarès 18h15

EQUIPES GAM FEDERALES "A" et Perf REGIONALES

7 et 8 mars 2020 Laval Bourny

Format 5/5/3

au 7 janvier

GAM

Fédérales A 10 ans et +	(A 21 éq. - B 12 éq.)	33
Fédérales A 10 /13 ans		8
Fédérales A 10 /11 ans		7
Perf Régionales 9/10 ans		9
Perf Régionales 7/9 ans		23

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 5 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - *Echauffement 5'* - 5 gyms (à 2' + 1') 9'

1 rotation 15' 6 agrès 1h30

Féd. A 10/11 ans (7)

8h45 - 10h30	7	1h45
--------------	---	------

Féd. A 10/13 ans (8)

10h30 - 12h30	8	2h
---------------	---	----

Palmarès 12h40

Pause 1h

Féd. A 10 ans et + "Finale B" (12)

13h30 - 15h	6	1h30
15h - 16h30	6	

Palmarès 16h40

Pause 30 minutes

Féd. A 10 ans et + "Finale A" (21)

17h - 18h45	7	1h45
18h45 - 20h30	7	
20h30 - 22h15	7	

Palmarès 22h25

installation du matériel (caissons anneaux et fixe + 2 sauts)

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 5 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - *Echauffement 5'* - 5 gyms (à 2' + 1') 9'

1 rotation 15' 6 agrès 1h30

Perf Rég. 7/9 ans (23)

8h45 - 10h45	8	2h
10h45 - 12h45	8	

Pause 45 minutes

13h 30 - 15h15	7	1h45
----------------	---	------

Palmarès 15h25

Pause 30 minutes

Pef Rég. 9/10 ans (9)

15h45 - 18h	9	2h15
-------------	---	------

Palmarès 18h10

INDIVIDUELS GAF Perf Nationales et Régionales

14 et 15 mars à Mortagne

GAF double plateau

au 7 janvier

ENGAGES : 410 gyms

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 1 minute par gym à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 11 gyms (à 1'30) 16'30

1 rotation 23' - 4 agrès 1h35 / 5 agrès 1h55

48 gyms Nationales 12 ans

9h	6	6	6	6
10h35				
10h35	6	6	6	6
12h10				

1h35

Pause 50 minutes

Palmarès 12h20

38 gyms Nationales 15 ans (15) - 14 ans (23)

13h	5	5	5	5
14h35				
14h35	5	5	4	4
16h10				

1h35

Palmarès 16h20

Pause 40 minutes

54 gyms Nationales 21 + (15)-18/20 (18)-17 (12)- 16 (9)

17h00	6	6	6	6	5
18h55					
18h55	5	5	5	5	5
20h50					

1h55

Palmarès 21h00

80 gyms/109 Régionales 9 ans Finale A 40 gyms

9h	5	5	5	5
10h35				
10h35	5	5	5	5
12h10				

1h35

Pause 50 minutes

Régionales 9 ans Finale B 40 gyms

13h	5	5	5	5
14h35				
14h35	5	5	5	5
16h10				

1h35

Pause 40 minutes

55 gyms Régionales 8 ans

17h00	5	5	5	5	5
18h55					
18h55	6	6	6	6	6
20h50					

1h55

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 1 minute par gym à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 11 gyms (à 1'30) 16'30

1 rotation 23' - 5 agrès 1h55

52 gyms Nationales 10 ans (29)-13 ans (23)

9h	6	6	5	5	5
10h55					
10h55	5	5	5	5	5
12h50					

1h55

Palmarès 13h

Pause 50 minutes

44 gyms Nationales 11 ans (44)

13h40	5	5	5	5	5
15h35					
15h35	4	5	5	5	
17h10					

1h55

1h35

Palmarès 17h50

52 gyms Régionales 14 ans et 15 ans

9h	5	5	5	5	5
10h55					
10h55	6	6	5	5	5
12h50					

1h55

Pause 50 minutes

66 gyms Régionales 18 ans et + (28) / 16 et 17 ans (38)

13h40	6	6	6	6	6
15h35					
15h35	6	6	6	6	6
17h45					

1h55

2h10

2 rotations sans le Plateau A

EQUIPES GAF Perf NATIONALES - EQUIPES GAM Perf NATIONALES "A" et "B"
les 21 et 22 mars 2020 à Laval (Laval Bourny)

au 7 janvier

1 SALLE DE COMPETITION GAF/GAM

Format 5/4/3

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 8 gyms (à 1'30) 12'

1 rotation 18'

4 agrès 1h20

GAF

Nationales 10 ans et + (A 23 éq. - B 14 éq.)

Nationales 12 ans et + 7 équipes + 1 Hors Concours

Nationales 10/13 ans 16 équipes

Nationales 10/11 ans et + 11 équipes

Nationales 12/15 ans et + 14 équipes

6 agrès 2h

GAM

Nationaux A 10/13 ans 9 équipes

Nationaux A 10/11 ans 4 équipes

Nationaux A 10/15 ans 7 équipes

Nationaux B 12 ans et + 9 équipes

Nationaux A 12 ans et + 3 équipes

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 5 minutes à l'agrès

GAF

Nationales 10 ans et + "Finale A" (23)

1er tour	8h40 - 10h20	5
2ème tour	10h20 - 12h00	5
3ème tour	12h00 - 13h40	5

1h40 **1 rotation sans la GAM**

1 rotation sans la GAM

Pause 1h

4ème tour	14h40 - 16h	4
5ème tour	16h - 17h20	4

1h20

1h20

1 rotation sans la GAM

Pause 1h10

Nationales 12 ans et + (7) + Mortagne H.C

1er tour	18h30 - 19h50	4
2ème tour	19h50 - 21h10	4

1h20

Palmarès GAM 13h45

GAM

Nationaux A 10/13 ans (9) et 10/11 (4)

1er tour	9h - 11h	6
2ème tour	11h - 13h20	7

2h

2h20

Pause 1h20

Nationaux A 10/15 ans (7)

	14h40 - 17h	7
--	-------------	---

2h20

Pause 50 minutes

Palmarès 17h30 **7 minutes échauffement à l'agrès**

Nationaux B 12 ans + (9) et Nationaux A 12 ans + (3)

1er tour	17h50 - 19h50	6
2ème tour	19h50 - 21h50	6

2h **2 rotations sans la GAF**

2h **2 rotations sans la GAF**

Palmarès 22h

installation matériel (2 sauts - 2 barres - 2 poutres)

DIMANCHE

DOUBLE PLATEAU GAF

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 8 gyms (à 1'30) 12'

1 rotation 18'

Echauffement corporel en salle annexe et 5 minutes à l'agrès

GAF

5 minutes échauffement

Nationales 10 ans et + "Finale B" (14)

1er tour	8h20 - 9h50	5
2ème tour	9h50 - 11h20	5
3ème tour	11h20 - 12h35	4

1h30

1h15

Palmarès 12h40

Pause 55 minutes

Nationales 12/15 ans (14)

1er tour	13h30 - 15h	5
2ème tour	15h - 16h30	5
3ème tour	16h30 - 17h45	4

1h30

1h15

Palmarès 18h10

GAF

Nationales 10/11 ans (11)

1er tour	9h - 10h30	5
2ème tour	10h30 - 12h15	6

1h30

1h45

Pause 45 minutes

Nationales 10/13 ans (16)

1er tour	13h - 14h15	4
2ème tour	14h15 - 15h30	4
3ème tour	15h30 - 16h45	4
3ème tour	16h45 - 18h	4

1h15

INDIVIDUELS GAF FEDERALES
16 et 17 mai au SNOS
GAF double plateau

au 7 janvier

ENGAGES : 729 gyms

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 1 minute par gym à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 10 gyms (à 1') 10'
1 rotation 16' - 4 agrès 1h05

FEDERALES 10 et 11 ans 180 gyms sur 280 engagées

60 gyms Fédérales 10 et 11 ans Finale A

9h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

10h05

10h05

5	5	5	5
---	---	---	---

11h10

11h10

5	5	5	5
---	---	---	---

12h15

Pause 1h

Palmarès 12h25

60 gyms Fédérales 10 et 11 ans Finale B

13h15

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

14h20

14h20

5	5	5	5
---	---	---	---

15h25

15h25

5	5	5	5
---	---	---	---

16h30

Palmarès 16h40

Pause 30 minutes

60 gyms Fédérales 10 et 11 ans Finale C

17h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

18h05

18h05

5	5	5	5
---	---	---	---

19h10

19h10

5	5	5	5
---	---	---	---

20h05

Palmarès 20h15

FEDERALES 12 et 13 ans 180 gyms sur 316 engagées

60 gyms Fédérales 12 et 13 ans Finale A

9h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

10h05

10h05

5	5	5	5
---	---	---	---

11h10

11h10

5	5	5	5
---	---	---	---

12h15

Pause 1h

60 gyms Fédérales 12 et 13 ans Finale B

13h15

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

14h20

14h20

5	5	5	5
---	---	---	---

15h25

15h25

5	5	5	5
---	---	---	---

16h30

Pause 30 minutes

60 gyms Fédérales 12 et 13 ans Finale B

17h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

18h05

18h05

5	5	5	5
---	---	---	---

19h10

19h10

5	5	5	5
---	---	---	---

20h05

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 1 minute par gym à l'agrès

FEDERALES 14 et 15 ans 120 gyms sur 226 engagées

60 gyms Fédérales 14 et 15 ans Finale A

9h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

10h05

10h05

5	5	5	5
---	---	---	---

11h10

11h10

5	5	5	5
---	---	---	---

12h15

Palmarès 12h25

Pause 1h

60 gyms Fédérales 14 et 15 ans Finale B

13h15

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

14h20

14h20

5	5	5	5
---	---	---	---

15h25

15h25

5	5	5	5
---	---	---	---

16h30

Palmarès 16h40

FEDERALES 18 ans et + 54 gyms sur 54 engagées

54 gyms Fédérales 18ans et +

9h

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

10h05

10h05

5	5	4	4
---	---	---	---

11h10

11h10

4	4	4	4
---	---	---	---

12h15

Pause 1h

FEDERALES 16 et 17 ans 60 gyms sur 109 engagées

79 gyms Fédérales 16 et 17 ans

13h15

5	5	5	5
---	---	---	---

 1h05

14h20

14h20

5	5	5	5
---	---	---	---

15h25

15h25

5	5	5	5
---	---	---	---

16h30

EQUIPES GAF FEDERALES B
10 ans et + / 14 ans et + / 10-11 ans / 10-13 ans
6 et 7 juin Parigné

GAF double plateau

au 7 janvier

ENGAGES : 188 Equipes

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 3' - 10 gyms (à 1') 10'

1 rotation 14' - 5 agrès 1h10

FEDERALES B 10/13 ans 40 Equipes sur 58 engagées

25 Equipes Fédérales 10/13 ans Finale A

9h						1h10
10h10						
10h10						
11h20						
11h20						
12h30						

Pause 1h

13h30						1h10
14h40						
14h40						
15h50						

Palmarès 16h

Pause 40 minutes

15 Equipes Fédérales 10/13 ans Finale B

16h30						1h10
17h40						
17h40						
18h50						
18h50						
20h						

Palmarès 20h10

FEDERALES B 10/11 ans 55 Equipes sur 75 engagées

25 Equipes Fédérales 10/11 ans Finale A

9h						1h10
10h10						
10h10						
11h20						
11h20						
12h30						

Pause 1h

13h30						1h10
14h40						
14h40						
15h50						

Pause 40 minutes

15 Equipes Fédérales 10/11 ans Finale B

16h30						1h10
17h40						
17h40						
18h50						
18h50						
20h						

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 3' - 10 gyms (à 1') 10'

1 rotation 14' - 5 agrès 1h10

13 Equipes Fédérales 14 ans et +

9h30						0h55
10h25						
10h25						
11h20						
11h20						1h10
12h30						

Palmarès 12h40

Pause 45 minutes

FEDERALES B 10 ans et + 42 Equipes sur 42 engagées

21 Equipes Fédérales 10 ans et + Finale A

13h15						1h25
14h40						
14h40						1h10
15h50						
15h50						
17h						
17h						
18h10						

Palmarès 18h20

15 Equipes Fédérales 10/11 ans Finale C

9h						1h10
10h10						
10h10						
11h20						
11h20						
12h30						

Pause 45 minutes

21 Equipes Fédérales 10 ans et + Finale B

13h15						1h25
14h40						
14h40						1h10
15h50						
15h50						
17h						
17h						
18h10						

EQUIPES GAM FEDERALES "B"
Samedi 20 juin à La Chataîgneraie
Format 5/5/3

au 7 janvier

GAM

ENGAGES 40 équipes

SAMEDI

Déplacement 1' - **Echauffement 3'** - 5 gyms (à 1'30) 7'30
1 rotation 12' - 4 agrès 50'

12 EQUIPES Féd. 7/9 ans

Echauffement aux agrès 30'

9h30

--	--	--	--

 50'
10h20

Echauffement aux agrès 30'

10h50

--	--	--	--

11h40

Echauffement aux agrès 30'

12h10

--	--	--	--

13h

Palmarès 13h10

Pause 50'

2 pistes de saut

Déplacement 1' - **Echauffement 6'** - 10 gyms (à 1') 10'
1 rotation 17' - 7 agrès
Double jury à l'agrès

28 EQUIPES

Féd. B 10 ans + (11) - 10/13 ans (13) - 10/11 ans (4)

Echauffement aux agrès 30'

Féd. 10/13 ans 6 équipes
13h50

--	--	--	--	--	--

 JURY A
Féd. 10 ans + 7 équipes 2h
15h50

--	--	--	--	--	--	--

 JURY B

Echauffement aux agrès 30'

Féd. 10/13 ans 7 équipes
16h20

--	--	--	--	--	--	--

 JURY A
Féd. 10 ans + 4 équipes et Féd. 10/11 ans 4 équipes 2h15
18h35

--	--	--	--	--	--	--	--

 JURY B

Palmarès 18h45

GAF double plateau

SAMEDI

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 10 gyms (à 1') 10'

1 rotation 14' - 5 agrès 1h10

Féd. B 7/8 ans 40 Equipes sur 72 engagées

20 Equipes Féd. 7/8 ans **Finale A**

8h30	<input type="checkbox"/>	1h10				
9h40						
9h40	<input type="checkbox"/>					
10h50						
10h50	<input type="checkbox"/>					
12h00						
12h00	<input type="checkbox"/>					
13h10						

Pause 50 min

Palmarès 13h20

20 Equipes Féd. 7/8 ans **Finale B**

8h30	<input type="checkbox"/>	1h10				
9h40						
9h40	<input type="checkbox"/>					
10h50						
10h50	<input type="checkbox"/>					
12h00						
12h00	<input type="checkbox"/>					
13h10						

Déplacement 1' - Echauffement 5' - 10 gyms (à 2'00) 20'

1 rotation 25' - 5 agrès 2h00

Perf. Rég. 8/9 ans 30 Equipes sur 72 engagées

15 Equipes Perf. Rég. 8/9 ans **Finale A**

14h	<input type="checkbox"/>	2h				
16h						
16h	<input type="checkbox"/>					
18h						
18h	<input type="checkbox"/>					
20h						

Palmarès 20h10

15 Equipes Perf. Rég. 8/9 ans **Finale B**

14h	<input type="checkbox"/>	2h				
16h						
16h	<input type="checkbox"/>					
18h						
18h	<input type="checkbox"/>					
20h						

DIMANCHE

Echauffement corporel en salle annexe et 3 minutes à l'agrès

Déplacement 1' - Echauffement 3' - 10 gyms (à 1') 10'

1 rotation 14' - 5 agrès 1h10

Féd. B 7/9 ans 70 Equipes sur 87 engagées

20 Equipes Féd. 7/9 ans **Finale A**

8h30	<input type="checkbox"/>	1h10				
9h40						
9h40	<input type="checkbox"/>					
10h50						
10h50	<input type="checkbox"/>					
12h						
12h	<input type="checkbox"/>					
13h10						

Pause 50 minutes

Palmarès 13h20

20 Equipes Féd. 7/9 ans **Finale B**

8h30	<input type="checkbox"/>	1h10				
9h40						
9h40	<input type="checkbox"/>					
10h50						
10h50	<input type="checkbox"/>					
12h						
12h	<input type="checkbox"/>					
13h10						

15 Equipes Fédérales 7/9 ans **Finale C**

14h	<input type="checkbox"/>	1h10				
15h10						
15h10	<input type="checkbox"/>					
16h20						
16h20	<input type="checkbox"/>					
17h30						

Palmarès 17h40

15 Equipes Fédérales 7/9 ans **Finale D**

14h	<input type="checkbox"/>	1h10				
15h10						
15h10	<input type="checkbox"/>					
16h20						
16h20	<input type="checkbox"/>					
17h30						