

Dispositif Régional d'Accession 2024
Coupe Formation Régionale 2024

Dimanche 24 Novembre
Gymnase Marcel Théard, 51 rue d'Hillard à Laval
Organigramme des gymnastes (V3 : 15.11)

DRA : Tests spécifiques techniques GAM

Échauffement 08h00 **Catégories :** PAS 9 à 16 ans
Début compétition 08h45
Fin de compétition 12h00
Palmarès 17h30

3 minutes 30 d'échauffement par agrès

Rotation des 3 groupes de gymnastes sur les 3 premiers agrès

Puis rotation sur les 3 suivants

Les gymnastes seront à répartir sur les différents groupes d'éléments sur l'agrès pour que le timing soit respecté
De ce fait, les gymnastes devront bien connaître leur programme

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Sol		Arçons		Anneaux	
MOTTAIS Tillo	Alcyons 11 ans	HAMONET Titouan	LBG 12 ans	CHAUVINEAU Louis	GCS 11 ans
MOREAU Gaspard	Alcyons 11 ans	LEBRETON Clément	LBG 11 ans	DABLIN Hugo	GCS 10 ans
OULD SALEM Tom	Alcyons 11 ans	BUREL Victor	LBG 11 ans	GRUEL Leny	GCS 10 ans
EL KHALQUI Naël *	Gymnatl 10 ans	BUREL Anselme	LBG 11 ans	LE MOULLAC Nolan *	GCS 10 ans
ARDOUIN Raphaël	Gymnatl 14 ans	TAILLANDIER Samy	LBG 11 ans	ROUMY Loris *	GCS 10 ans
HYVON Mattis	Gymnatl 13 ans	DUTERTRE Lucien	GCCG 11 ans	OUNI Mahdi	ASPC 9 ans
TALAYSSAC Jules	EP 14 ans	JEGU Paul	GCCG 10 ans	ELMOUTARAJI Jibril	ASPC 11 ans
TURPAUD-KERVENKA Elliott	EP 14 ans	AUBRY Camille	USL 9 ans	KIPPELEN Paulin	ASPC 11 ans
AVRIL REFREGES Noam	EP 10 ans	TANGUY Grégoire	USL 9 ans	MONTIEL-SECHET Roméo *	ASPC 10 ans
BRETEAU Basile	EP 9 ans	ANTIGNAC Lillian	USL 14 ans	MAHE CLAVIER Jules	MG 9 ans
DELAY William	BLS 9 ans	DURAND Malo	USL 14 ans	MONNIER Camille *	MG 9 ans
JENNINGS Owen	BLS 9 ans	MATELOT Luca	TGC 12 ans	LAHAYE LOPEZ Lowann **	MG 10 ans
MENARD ROPERS César	BLS 14 ans	BEGUIN Amaury	USAG 16 ans	MOYON Hugo	MG 12 ans
Saut		Barres parallèles		Barre Fixe	

* RERJ
** RNE + RERJ

Coupe Formation

Échauffement 11h35-12h00 (Salle d'échauffement)
12h00-12h25 (Plateau) **Catégories :** C.F 7 ans
Début compétition 12h30 C.F 8 ans
Fin de compétition 15h00 C.F 9 ans
Palmarès 15h20 C.F 10 ans

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Saut de mains + rondade flip + RouL. Arr		Cercles + balancés arçons		Balancés ann. -ATR + force B. tendus		Arrière + Avant + série longue trampo	
FERNIER REMOND Louka	EP 7 ans	DEBYSER Nathan	SNOS 8 ans	EL KHALQUI Mahdi	Gymnatl 7 ans	ELMOUTARAJI PELLERIN Chahid	ASPC 7 ans
LECOMTE Manoa	EP 7 ans	FOURRIER Théo	SNOS 8 ans	FEVRIER Camille	Gymnatl 9 ans	INGUWENEZA AUBRY Tyméo	ASPC 9 ans
GAIGNARD Yolann	EP 9 ans	POSSOMPES Victor	SNOS 8 ans	HUBERT PEIREIRA Soen	Gymnatl 9 ans	KAWECKI Sajka	ASPC 9 ans
LEFESSIER Abel	EP 10 ans	DANIEL Simon	SNOS 9 ans	WALEZ Côme	Gymnatl 9 ans	LIMAGNA Enzo	ASPC 9 ans
VERITÉ Diego	EP 10 ans	MAHOUR Naël	SNOS 9 ans	MOREAU Basile	Alcyons 9 ans	ELMOUTARAJI PELLERIN Rédouane	ASPC 10 ans
GASTÉ Nino	ASPC 7 ans	MAUDET HAECK Gaspard	SNOS 9 ans	PINI Lyandre	Alcyons 9 ans	KERGOSIEN Louison	ASPC 10 ans
LACAS Naël	ASPC 7 ans	L'HOMMELET Marin	ACPV 8 ans	BARBU Clovis	BLS 8 ans	SALAUIN Nola	ASPC 10 ans
ASSERAY Nahel	ASPC 8 ans	FOYER Pierre	ACPV 10 ans	INTHIRADVONGSY Noa	BLS 8 ans		
B.F (balancé + TAA) + Force B. Plîés		Barres parallèles appui + suspension		Montée de corde + Souplesse + Saut		Endo + Appui anneaux + Equerres	
GONTHIER Néhémé Amiel	USL 7 ans	CLOUS Tom	GCS 9 ans	MERCIER Milo	NG 8 ans	BASTI Robin	Elan 2000 9 ans
HALLIA Skander	USL 7 ans	MARTINET Morgan	GCS 9 ans	GUMIRD Etienne	NG 9 ans	LELIEVRE Gabin	Elan 2000 9 ans
WAYMEL Louis	USL 8 ans	HUART Gabriel	GCS 10 ans	JEANNEAU DMITRIEVA Nicolas	NG 9 ans	SOULEIMANI Yanis	Elan 2000 9 ans
AUBRY Noam	USL 9 ans	LEMATRE Martin	GCS 10 ans	SCHUHLER Antonin	NG 9 ans	GIRAUDET Paul	Elan 2000 7 ans
AVENARD Evan	USL 9 ans	PANCHER Louka	GCS 10 ans	SY Elhadj	NG 9 ans	VINCENT Gabriel	Elan 2000 7 ans
LETOLGUENEC Malo	USL 10 ans	ABINAL Laurel	AG 8 ans	GIRAUD Lois	USAG 8 ans	GARNACHE Émile	GCCG 9 ans
ZUBER Clément	USL 10 ans	DVANNES Gaspard	AG 8 ans				

2 minutes d'échauffement sauf balancés avec sangles, grand trampo, et souplesse

Les gymnastes seront à répartir sur les différents exercices d'un même pôle

DRA : Tests spécifiques physiques GAM

Échauffement 15h00 (Salle d'échauffement) **Catégories :** PAS 9 ans PAS 12 ans
Début compétition 15h35 (dépendant palmarès précédent) PAS 10 ans PAS 13 ans
Fin de compétition 17h25 PAS 11 ans PAS 14 ans
Palmarès 17h40

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Corde + Sergeant test		Souplesse 1 & 3		Souplesse 2 & 4	
TALAYSSAC Jules	EP 14 ans	AUBRY Camille	USL 9 ans	MOTTAIS Tillo	Alcyons 11 ans
TURPAUD-KERVENKA Elliott	EP 14 ans	TANGUY Grégoire	USL 9 ans	MOREAU Gaspard	Alcyons 11 ans
AVRIL REFREGES Noam	EP 10 ans	ANTIGNAC Lillian	USL 14 ans	OULD SALEM Tom	Alcyons 11 ans
BRETEAU Basile	EP 9 ans	DURAND Malo	USL 14 ans	DELAY William	BLS 9 ans
EL KHALQUI Naël *	Gymnatl 10 ans	LAHAYE LOPEZ Lowann	MG 10 ans	JENNINGS Owen	BLS 9 ans
ARDOUIN Raphaël	Gymnatl 14 ans	MOYON Hugo	MG 12 ans	MENARD ROPERS César	BLS 14 ans
HYVON Mattis	Gymnatl 13 ans				
Eq. renversée + Planche libre + ATR		Cercles + Planches Av/Ar		App brach. + Pompes ATR + ATR force	
HAMONET Titouan	LBG 12 ans	CHAUVINEAU Louis	GCS 11 ans	OUNI Mahdi	ASPC 9 ans
LEBRETON Clément	LBG 11 ans	DABLIN HUGO	GCS 10 ans	ELMOUTARAJI Jibril	ASPC 11 ans
BUREL Victor	LBG 11 ans	GRUEL Leny	GCS 10 ans	KIPPELEN Paulin	ASPC 11 ans
BUREL Anselme	LBG 11 ans	LEMOULLAC Nolan *	GCS 10 ans	MONTIEL-SECHET Roméo *	ASPC 10 ans
TAILLANDIER Samy	LBG 11 ans	ROUMY Loris *	GCS 10 ans	MAHE CLAVIER Jules	MG 9 ans
JEGU Paul	GCCG 10 ans	MATELOT Luca	TGC 12 ans	MONNIER Camille *	MG 9 ans
DUTERTRE Lucien	GCCG 11 ans	BEGUIN Amaury	USAG 16 ans		



**Dispositif Régional d'Accession 2024
Coupe Formation Régionale 2024**

Dimanche 24 Novembre
Gymnase Marcel Théard, 51 rue d'Hilard à Laval

Organigramme des juges

DRA : Tests spécifiques techniques GAM

Appel des juges 08h00
Début compétition 08h45
Fin de compétition 12h00
Palmarès 17h30

Catégories : PAS 9 à 16 ans

Juge N2 ou entraîneur confirmé

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Sol	Arçons	Anneaux
GCS G.I	USAG G.I	Alcyons G.I
ASPC G.II	USL G.II	EP G.II
TGC G.III	LBG G.III	MG G.III
GCCG G.IV	BLS G.IV	GAC G.IV
Saut	Barres Parallèles	Barre Fixe

Coupe Formation GAM

Appel des juges 11h45
Début compétition 12h30
Fin de compétition 15h00
Palmarès 15h20

Catégories : C.F 7 ans
C.F 8 ans
C.F 9 ans
C.F 10 ans

Juge N2 ou entraîneur confirmé

Comité régional

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Saut de mains + rondade flip + Roul. Arr	Cercles + balancés arçons	Balancés ann. +ATR + force B.tendus	Arrière + Avant + série longue trampo
Ex 1 SNOS	Ex 5 GCCG	Ex 7 USAG	Ex 9 & 10 USL
Ex 2 GCS	Ex 6 ACPV	Ex 20 GAC	Ex 11 BLS
Ex 3 ASPC		Ex 22 AG	
B.F (balancé + TAA) + Force B.Pliés	Barres parallèles appui & suspension	Montée de corde + Souplesse + Saut	Endo + Appui anneaux + Équerres
Ex 14 Alcyons	Ex 12 EP	Ex 4	Ex 16 TGC
Ex 15 Elan 2000	Ex 13 USL	Ex 8	Ex 17 & 19 MG
Ex 18 NG		Ex 21	

DRA : Tests spécifiques physiques GAM

Appel des juges 15h15
Début compétition 15h35 (dépendant palmarès précédent)
Fin de compétition 17h25
Palmarès 17h40

Catégories : PAS 9 à 16 ans

Juge N2 ou entraîneur confirmé

Comité régional

Prévoir 15 minutes d'avance ou de retard

Corde + Sergeant test	Souplesse 1 & 3	Souplesse 2 & 4
GCS Ex 1	BLS Ex S1	EP Ex S2
ASPC Ex 9	Alcyons Ex S3	MG Ex S4
Eq. renversée + Planche libre + ATR	Cercles + Planches Av/Ar	App brach.+ Pompes ATR + ATR force
Ex 3	USL Ex 8	GAC Ex 2
Ex 6	TGC Ex 10	GCCG Ex 4
USAG Ex 7		Ex 5