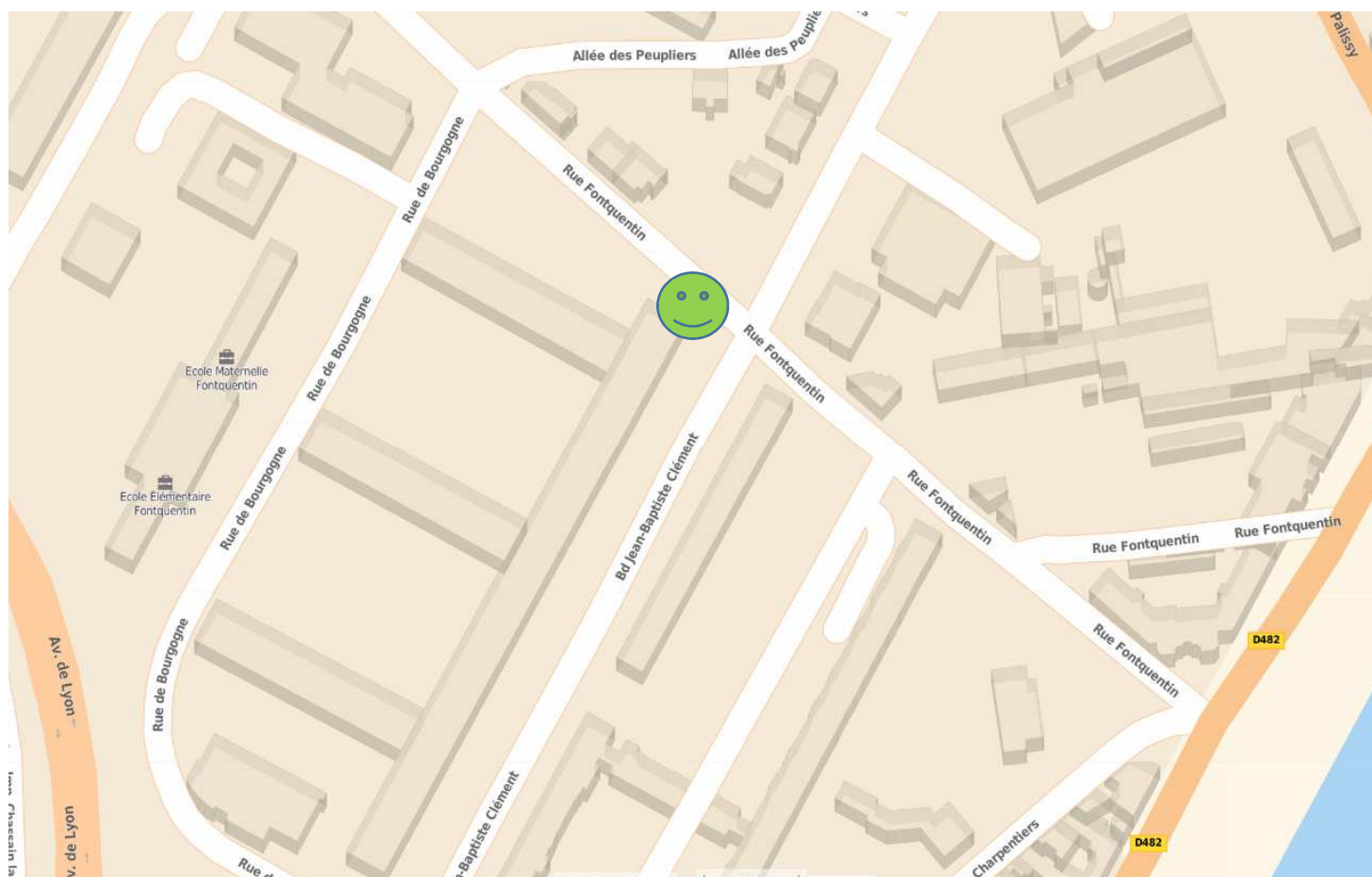




# COUPE DE LA LOIRE GAF / Aérobie

- **DATE :** 23 juin 2018
- **LIEU :** Complexe Gymnique Fontquentin  
Rue Fontquentin  
42300 Roanne
- **CLUB ORGANISATEUR :** Amicale Laïque des Jeunes Filles de Roanne



**Comité départemental de gymnastique de la Loire**

4, rue des 3 meules 42100 St Etienne - 0698200811 - [comiteloiregym@gmail.com](mailto:comiteloiregym@gmail.com)

<http://www.loire-fgym.com>



## LES CATEGORIES

### o Samedi 23 juin

- Le Matin : GAF : Forma'pouss A et B
- L'après-midi : GAF : DIR B / Fédéral B
- Aérobic : programmes départementaux

#### - L'ECHAUFFEMENT :

### GAF :

- L'échauffement articulaire aura lieu dans la salle de danse à côté de la salle de compétition (prévoir chaussure)
- Ouverture de la salle 45mn avant le début du tour
- Fin de l'échauffement : 10mn avant le début du tour
- Puis 3mn d'échauffement à l'agrès avant le passage devant les juges

### AEROBIC :

- L'échauffement articulaire ainsi que celui en musique aura lieu dans la salle de danse à côté de la salle de compétition (prévoir chaussure)
- Prévoir clé usb pour les musiques

#### - LA COMPETITION :

- La compétition aura lieu dans la salle spécialisée Fontquentin

#### - LES PALMARES :

- 14h10 pour les forma'pouss B et A
- 19h15 pour les DIR et Fédérales B et aérobic

#### - LES MUSIQUES :

- o Les musiques sont à télécharger sur DJGYM sur le site de la FFGYM **avant le mercredi 20 juin**
- o En coupe de la Loire, les musiques ne sont pas obligatoires.
- o Pensez à les amener sur une clé usb le jour de la compétition au cas où...
  - Nom / prénom / club / catégorie

---

### Comité départemental de gymnastique de la Loire

4, rue des 3 meules 42100 St Etienne - 0698200811 - [comiteloiregym@gmail.com](mailto:comiteloiregym@gmail.com)  
<http://www.loire-fgym.com>



- **LES VESTIAIRES :**

- Le club n'est pas responsable en cas de vol ou dégradation
- Pensez à ne rien laisser dans les vestiaires

- **L'ENTREE DU PUBLIC :**

- Gratuite

## RAPPEL

- Le palmarès est obligatoire
- Seules les gymnastes présentes au palmarès seront récompensées.
- Les gymnastes absentes seront déclassées et disqualifiées (sauf motif valable)

## Comité d'Organisation Local

- **BUVETTE :**

- o Une buvette sera à votre disposition avec :
  - crêpes
  - Sandwichs
  - Hotdogs
  - Boissons froides et chaudes
  - Viennoiseries le dimanche matin
  - Tartes ....

---

**Comité départemental de gymnastique de la Loire**

4, rue des 3 meules 42100 St Etienne - 0698200811 - [comiteloiregym@gmail.com](mailto:comiteloiregym@gmail.com)

<http://www.loire-fgym.com>