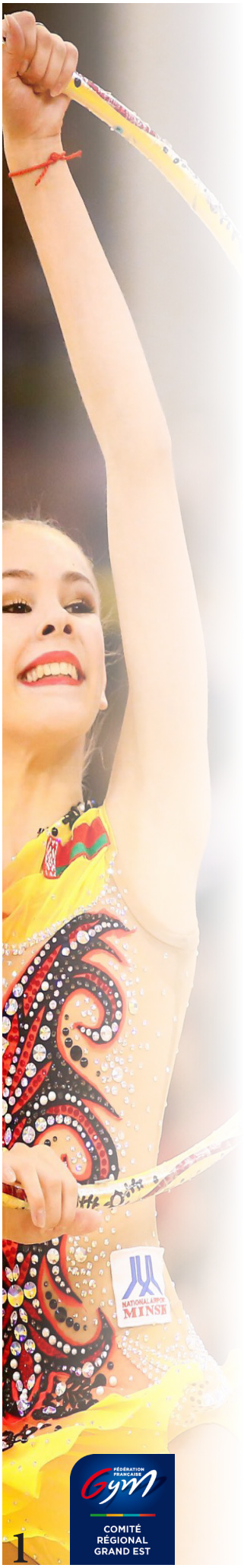


Lettre FFGym Grand Est n°2

GR

Retrouvez dans cette lettre FFG Grand Est GR n°2 des précisions techniques pour la saison 2018/2019. Complément de la lettre FFGym Grand Est GR n°1.

Précisions sur les programmes régionaux

Programmes régionaux individuels :
Contenu technique : 1R mini. et max. pour les 10/11 ans et les 12/13 ans, et 1R mini., 2R max. pour les 14/15 ans, les 16/17 ans et les 18 ans et plus.

Programme régional Poussines :

- **Ensemble Performance 7/9 ans :** durée de la musique entre 1'15 et 1'30, max. D = 5,00 points, 1 pas dansé minimum.
- **Ensemble Fédéral 7/9 ans :** R interdite, CR et CRR interdites, 1 pas dansé minimum.
- **Performance régionale 7/9 ans (indiv.) :** compétitions en parallèle des compétitions des ensembles nationales. Ouvert aux gymnastes de 8 ans (2011), 9 ans (2010) ayant validé la saison dernière la CF3 ou le ruban argent/doré (CF4).

Coupe Formation :

- CF 2 : modification de l'engin imposé par la commission nationale = **BALLON.**
- Musique main libre et ballon CF2 en annexe à cette lettre.
- Rappel : musiques mains libre et ballon CF3 imposées par la commission nationale.
- Regroupement des CF pour les étapes interdépartementales : Alsace/Vosges et Lorraine/Champagne Ardenne.
- N'oubliez pas d'effectuer les engagements de toutes les gymnastes pour les étapes départementales et interdépartementales (via Engagym).

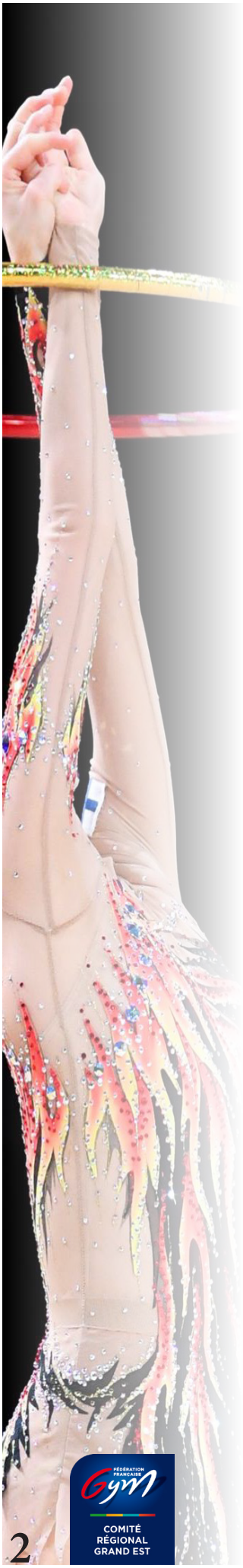
Filière Performance

Tests physiques CF 4 et individuelles Nat. 10/11 ans :
Mercredi 4 décembre après-midi au CREPS de Strasbourg.

Tests techniques CF4 :
Samedi 9 mars après-midi au CREPS de Strasbourg.

Tests pour les entrées au Pôle Espoir de Strasbourg :
Samedi 9 mars matin au CREPS de Strasbourg.

Sélections pour l'équipe de la revue régionale des effectifs :
Samedi 27 octobre à Thionville. Sont conviées : les nationales A et B 11 ans (2008), et les nationales A et B 10 ans (2009) ayant participé à la CF4 au cours de la saison 2017/2018.
Pour tout renseignement complémentaire, se référer à la circulaire envoyée le lundi 24 septembre aux clubs.



Lettre FFGym
Grand Est n°2

GR

Stages régionaux / regroupements

Individuelles Nationales Benjamines :

Samedi 5 janvier au CREPS de Strasbourg.

Sont conviées : les gymnastes qualifiées pour la finale nationale des Nationales A, B et C 10/11 ans.

Individuelles Nationales C (sauf 10/11 ans) et Fédérales :

Samedi 5 janvier dans les interdépartements Est (Pfastatt) et Centre (Thionville).

Sont conviées : toutes les gymnastes qualifiées en finale nationale.

Individuelles Nationales A et B :

Dimanche 6 janvier à Pfastatt.

Sont conviées : toutes les gymnastes qualifiées en finale nationale.

Equipes et ensembles Nationaux :

Samedi 4 mai à Thionville.
Dimanche 5 mai à Pfastatt.

Sont conviées : toutes les équipes et tous les ensembles Nationaux qualifiés pour la finale nationale.

Ensembles Trophées Fédéraux A et B :

Samedi 6 avril dans les interdépartements à Saverne ou Thionville.

Sont conviés : tous les ensembles médaillés (sur le podium) lors des finales interdépartementales.

Cliquez pour accéder aux documents techniques du Grand Est

© Lettre FFGym Grand Est GR n°2
Edition septembre 2018
Photographies : Fanny Cortyl et Anne-Laure T. Pictures