

**REGROUPEMENT DE PROXIMITE MARNE GAF**  
**Composition des groupes sur le 1er regroupement**

GROUPE 1	GROUPE 2	GROUPE 3	GROUPE 4
HILTIK MATHYLDE (A) DEBRUYNE AMBRE MORAIS INES MARCHAND AMBRINE MUNIER WENDY PERROCHAUD SYANA ROLLAND LISA	VALDENNAIRE DANAË (A) GILIS DINA (A) CONROUX CLOË CEZ MANON NOMINE CHLOË DELPIERRE CLARA (A) PLATEAU ELSA THIERY VICTOIRE GOUELLE ARTEMIS	SAMBOU RAQUEL PAVLOV ELINA HUTTEAU VALENTINE PAYARD ZELIE GRAUMER LUCILE GILARDI ONDINE BAKAYNI ANAË DEMOLON ENOLA	MOMENCEAU NOEMIE AYER NORA ZUIN LISELOTTE RICHY ANAË PERROCHAUD KIRA DESCAMPS MAXINE TACHENET LOU ANNE
2008-2009	2010	2011	2011
7	9	8	7

## REGROUPEMENT DE PROXIMITE MARNE GAF - Samedi 27 octobre 2018

	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 4
référent				
9h30 -----	<b>ECHAUFFEMENT</b>			
9h45 -----	<b>ISABELLE</b>			
10h00 -----	<b>ISABELLE</b>			
10h15 -----				
10h30 -----	saut	barres asymétriques	poutre	sol
10h45 -----				
11h00 -----				
11h15 -----				
11h30 -----	barres asymétriques	saut	sol	poutre
11h45 -----				
12h00 -----	étirements			
12h15 -----	étirements			
12h30 -----	PAUSE MERIDIENNE - REPAS			
13h30 -----	PAUSE MERIDIENNE - REPAS			
13h45 -----	<b>ECHAUFFEMENT</b>			
14h00 -----	<b>MICKAEL</b>			
14h15 -----				
14h30 -----	sol	poutre	barres asymétriques	saut
14h45 -----				
15h00 -----				
15h15 -----				
15h30 -----	poutre	sol	saut	barres asymétriques
15h45 -----				
16h00 -----	étirements - bilan			
16h15 -----	étirements - bilan			
16h30 -----	étirements - bilan			

### Organisation proposée :

un entraîneur qui reste en permanence à l'agrès sur la journée du samedi :

Christophe : SAUT    Olivier : BARRES    Maggy : POUTRE    isabelle : SOL

Les autres entraîneurs ( Océane , Pauline , Audrey , Mickaël ) tournent sur les groupes et donc sur les agrès.

Chaque entraîneur devrait ainsi voir toutes les gymnastes.

## REGROUPEMENT DE PROXIMITE MARNE GAF - Dimanche 28 octobre 2018

	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 4
réfèrent				
9h30 -----	<b>ECHAUFFEMENT</b>			
9h45 -----	<b>ISABELLE</b>			
10h00 -----				
10h15 -----				
10h30 -----	sol	barres asymétriques	saut	poutre
10h45 -----				
11h00 -----				
11h15 -----				
11h30 -----	barres asymétriques	sol	poutre	saut
11h45 -----				
12h00 -----	étirements			
12h15 -----	<b>PAUSE MERIDIENNE - REPAS</b>			
12h30 -----	<b>PAUSE MERIDIENNE - REPAS</b>			
13h30 -----	<b>ECHAUFFEMENT</b>			
13h45 -----	<b>CHRISTOPHE</b>			
14h00 -----				
14h15 -----				
14h30 -----	saut	poutre	sol	barres asymétriques
14h45 -----				
15h00 -----				
15h15 -----				
15h30 -----	poutre	saut	barres asymétriques	sol
15h45 -----				
16h00 -----	étirements - bilan			
16h15 -----	étirements - bilan			
16h30 -----	étirements - bilan			

### Organisation proposée :

un entraîneur qui reste en permanence à l'agrès sur la journée du dimanche :

Maggy : SAUT Isabelle : BARRES Christophe : POUTRE Olivier : SOL

Les autres entraîneurs ( Océane , Pauline , Audrey , Mickaël ) tournent sur les groupes et donc sur les agrès.