

FEDERALE C

Organisation générale	<p>Echauffement articulaire en salle annexe : 30 min avant rotation. Préparation sur le plateau de compétition :</p> <ul style="list-style-type: none"> MT - TU : Echauffement collectif sur plateau avant compétition : 2 min par équipe.
------------------------------	---

FED C		Echauffement articulaire en salle annexe : 13h10 - 13h40, Echauffement plateau : 13h 40 - 14h 00, Compétition 14h00 - 15h00.					
		-		Mini-Trampoline		Tumbling	
Echauffement sur le Plateau Déroulement	13:40			St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins	Fontenilles Gym	FC 10 +
	13:42			St Jean Gymnique 1	FC 10 +	Fontenilles Gym	FC 10 +
	13:44			St Jean Gymnique 2	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +
	13:46			St Jean Gymnique 3	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +
	13:48			Fontenilles Gym 1	FC 10 +	St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins
	13:50			Fontenilles Gym 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 1	FC 10 +
	13:52			Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +	St Jean Gymnique 2	FC 10 +
	13:54			Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 3	FC 10 +

Ordre de passage TEAMGYM ID EST & ID OUEST du 15/02/2026 à ST JEAN (31240)

FED C		-	Mini-Trampoline		Tumbling	
Compétition	14:00		St Jean Gymnique	FC poussins	Fontenilles Gym 1	FC 10 +
	14:04					
	14:08		St Jean Gymnique 1	FC 10 +	Fontenilles Gym 2	FC 10 +
	14:12					
	14:16		St Jean Gymnique 2	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +
	14:20					
	14:24		St Jean Gymnique 3	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +
	14:28					
	14:32		Fontenilles Gym 1	FC 10 +	St Jean Gymnique	FC poussins
	14:36					
	14:40		Fontenilles Gym 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 1	FC 10 +
	14:44					
	14:48		Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +	St Jean Gymnique 2	FC 10 +
	14:52					
	14:56		Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 3	FC 10 +