

**FEDERALE C**

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

<b>FED C</b>	<p>Echauffement articulaire en salle annexe : 13h10 - 13h40,          Echauffement plateau : 13h 40 - 14h 00,          Compétition 14h00 - 15h00.</p>
--------------	---

		-	Mini-Trampoline		Tumbling	
Echauffement sur le Plateau	<b>13:40</b>		<i>St Jean Gymnique (pouss)</i>	<i>FC poussins</i>	<i>Fontenilles Gym</i>	<i>FC 10 +</i>
	13:42		<i>St Jean Gymnique 1</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>Fontenilles Gym</i>	<i>FC 10 +</i>
Déroulement	13:44		<i>St Jean Gymnique 2</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>Les Acrobates du Canigou 1</i>	<i>FC 10 +</i>
	13:46		<i>St Jean Gymnique 3</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>Les Acrobates du Canigou 2</i>	<i>FC 10 +</i>
	13:48		<i>Fontenilles Gym 1</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>St Jean Gymnique (pouss)</i>	<i>FC poussins</i>
	13:50		<i>Fontenilles Gym 2</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>St Jean Gymnique 1</i>	<i>FC 10 +</i>
	13:52		<i>Les Acrobates du Canigou 1</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>St Jean Gymnique 2</i>	<i>FC 10 +</i>
	13:54		<i>Les Acrobates du Canigou 2</i>	<i>FC 10 +</i>	<i>St Jean Gymnique 3</i>	<i>FC 10 +</i>

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

<b>FED C</b>		-	Mini-Trampoline		Tumbling	
Compétition	<b>14:00</b>		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					
	<b>14:32</b>		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 +