

**Echau articulaire salle annexe : 30 min avant rotation (45 min équipes adultes et séniors) / Echau collectif sur plateau avant compétition : 2min par équipe.**

S-1 - Echau articulaire : 09h45 - 10h15 / Echau plateau : 10h15 - 10h30 / Compétition : 10h30 - 11h10								
Séquence 1 FEDERALE B Junior + Adultes	Echau	Sol		Mini-Trampoline		Tumbling		
		10:15	La Rose Bleue	<i>FB adultes</i>	Envol St Gaudinois	<i>FB Junior</i>	St Jean Gymnique	<i>FB Junior</i>
		10:18	La Rose Bleue	<i>FB Junior</i>	La Rose Bleue	<i>FB adultes</i>	Etoile Gym. Colomiers	<i>FB Junior</i>
		10:21	St Jean Gymnique	<i>FB Junior</i>	La Rose Bleue	<i>FB Junior</i>	Envol St Gaudinois	<i>FB Junior</i>
		10:24	Etoile Gym. Colomiers	<i>FB Junior</i>	St Jean Gymnique	<i>FB Junior</i>	La Rose Bleue	<i>FB adultes</i>
	10:27	Envol St Gaudinois	<i>FB Junior</i>	Etoile Gym. Colomiers	<i>FB Junior</i>	La Rose Bleue	<i>FB Junior</i>	
	Compétition	10:30	La Rose Bleue	<i>Fédérale B adulte</i>				
		10:34			Envol St Gaudinois	<i>Fédérale B Junior</i>	St Jean Gymnique	<i>Fédérale B Junior</i>
		10:38	La Rose Bleue	<i>Fédérale B Junior</i>				
		10:42			La Rose Bleue	<i>Fédérale B adulte</i>	Etoile Gym. Colomiers	<i>Fédérale B Junior</i>
10:46		St Jean Gymnique	<i>Fédérale B Junior</i>					
10:50				La Rose Bleue	<i>Fédérale B Junior</i>	Envol St Gaudinois	<i>Fédérale B Junior</i>	
10:54		Etoile Gym. Colomiers	<i>Fédérale B Junior</i>					
10:58				St Jean Gymnique	<i>Fédérale B Junior</i>	La Rose Bleue	<i>Fédérale B adulte</i>	
11:02		Envol St Gaudinois	<i>Fédérale B Junior</i>					
11:06			Etoile Gym. Colomiers	<i>Fédérale B Junior</i>	La Rose Bleue	<i>Fédérale B Junior</i>		
S-2 - Echau articulaire : 10h45 - 11h15 / Echau plateau : 11h15 - 11h30 / Compétition : 11h30 - 12h10								
Séquence 2 FEDERALE B Sénior + 12ans et +	Echau	Sol		Mini-Trampoline		Tumbling		
		11:15	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>	La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>	Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>
		11:18	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>	Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>
		11:21	Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>	La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>
		11:24	Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>	Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>
	11:27	La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>	Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>	
	Compétition	11:30	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>				
		11:34			La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>	Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>
		11:38	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>				
		11:42			Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>	Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>
11:45		Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>					
11:49				Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>	La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>	
11:53		Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>					
11:57				Fontenilles Gym	<i>FB 12 +</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FB 12 +</i>	
12:01	La Clochette L'Isloise	<i>FB 12 +</i>						
12:05			Envol St Gaudinois	<i>FB sénior</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FB 12 +</i>		
PALMARES FEDERALE B TOUTES CATEGORIES 12h15								

**Echau articulaire salle annexe : 30 min avant rotation / Echau collectif MT - TU sur plateau avant compétition : 2min par équipe.**
**S-3 - Echauffement : 13h15 - 13h45 / Echau plateau : 13h45- 14h00 / Compétition 14h00 - 14h45**

		Sol		Mini-Trampoline		Tumbling	
<b>Echau</b>	13:45	St Jean Gymnique	<i>FA fém</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FA fém</i>	Elan Gym. Blagnac	<i>FA fém</i>
	13:47	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FA fém</i>	St Jean Gymnique	<i>FA fém</i>	Salto Albigeois	<i>FA fém</i>
	13:50	Elan Gym. Blagnac	<i>FA fém</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FA fém</i>	L'Envol St Gaudinois	<i>FA fém</i>
	13:52	Salto Albigeois	<i>FA fém</i>	Elan Gym. Blagnac	<i>FA fém</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FA fém</i>
	13:54	L'Envol St Gaudinois	<i>FA fém</i>	Salto Albigeois	<i>FA fém</i>	St Jean Gymnique	<i>FA fém</i>
	13:56	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>FA fém</i>	L'Envol St Gaudinois	<i>FA fém</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>FA fém</i>
<b>Compétition</b>	14:00	St Jean Gymnique	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:04			Etoile Gym. Colomiers 1	<i>Fédérale A féminine</i>	Elan Gym. Blagnac	<i>Fédérale A féminine</i>
	14:08	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:12			St Jean Gymnique	<i>Fédérale A féminine</i>	Salto Albigeois	<i>Fédérale A féminine</i>
	14:16	Elan Gym. Blagnac	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:20			Etoile Gym. Colomiers 2	<i>Fédérale A féminine</i>	L'Envol St Gaudinois	<i>Fédérale A mixte</i>
	14:24	Salto Albigeois	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:28			Elan Gym. Blagnac	<i>Fédérale A féminine</i>	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>Fédérale A féminine</i>
	14:32	L'Envol St Gaudinois	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:36			Salto Albigeois	<i>Fédérale A féminine</i>	St Jean Gymnique	<i>Fédérale A féminine</i>
	14:40	Etoile Gym. Colomiers 1	<i>Fédérale A féminine</i>				
	14:44			L'Envol St Gaudinois	<i>Fédérale A féminine</i>	Etoile Gym. Colomiers 2	<i>Fédérale A féminine</i>

**PALMARES FEDERALE A 19H00**

**Echau articulaire salle annexe : 30 min avant rotation / Echau collectif sur plateau avant compétition : 2min par équipe.**
**S-4 - Echauffement : 14h25 - 14h55 / Echau plateau : 14h55- 15h25 / Compétition 15h25 - 16h25**
**Séquence 4 FEDERALE A Jr-mixte-adulte-sénior**
**Echau Fed A & C**
**Compétition**

		Sol		Mini-Trampoline		Tumbling	
	14:55			St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins	Fontenilles Gym 1	FC 10 +
	14:57	Aequilibrium	FA Junior	Gym Club Gramatois	FA Junior	Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte
	14:59			St Jean Gymnique 1	FC 10 +	Fontenilles Gym 2	FC 10 +
	15:01	EGC	FA Adulte	EGC	FA Junior	La Clochette L'Isloise	FA Sénior
	15:03			St Jean Gymnique 2	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +
	15:05	Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte	Aequilibrium	FA Junior	Stade Castrais	FA mixte
	15:07			St Jean Gymnique 3	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +
	15:09	La Clochette L'Isloise	FA Sénior	EGC	FA Adulte	Gym Club Gramatois	FA Junior
	15:11			Fontenilles Gym 1	FC 10 +	St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins
	15:13	Stade Castrais	FA mixte	Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte	EGC	FA Junior
	15:15			Fontenilles Gym 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 1	FC 10 +
	15:17	Gym Club Gramatois	FA Junior	La Clochette L'Isloise	FA Sénior	Aequilibrium	FA Junior
	15:19			Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +	St Jean Gymnique 2	FC 10 +
	15:21	EGC	FA Junior	Stade Castrais	FA mixte	EGC	FA Adulte
	15:23			Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 3	FC 10 +
	15:25	Aequilibrium	FA Junior	St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins	Fontenilles Gym 1	FC 10 +
	15:29			Gym Club Gramatois	FA Junior	Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte
	15:33	Etoile Gym. Colomiers	FA Adulte	St Jean Gymnique 1	FC 10 +	Fontenilles Gym 2	FC 10 +
	15:37			Etoile Gym. Colomiers	FA Junior	La Clochette L'Isloise	FA Sénior
	15:41	Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte	St Jean Gymnique 2	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +
	15:45			Aequilibrium	FA Junior	Stade Castrais	FA mixte
	15:49	La Clochette L'Isloise	FA Sénior	St Jean Gymnique 3	FC 10 +	Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +
	15:53			Etoile Gym. Colomiers	FA Adulte	Gym Club Gramatois	FA Junior
	15:57	Stade Castrais	FA mixte	Fontenilles Gym 1	FC 10 +	St Jean Gymnique (pouss)	FC poussins
	16:01			Les Ecureuils Critouriens	FA Adulte	Etoile Gym. Colomiers	FA Junior
	16:05	Gym Club Gramatois	FA Junior	Fontenilles Gym 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 1	FC 10 +
	16:09			La Clochette L'Isloise	FA Sénior	Aequilibrium	FA Junior
	16:13	Etoile Gym. Colomiers	FA Junior	Les Acrobates du Canigou 1	FC 10 +	St Jean Gymnique 2	FC 10 +
	16:17			Stade Castrais	FA mixte	Etoile Gym. Colomiers	FA Adulte
	16:21			Les Acrobates du Canigou 2	FC 10 +	St Jean Gymnique 3	FC 10 +

**PALMARES FEDERALE A-C TOUTES CATEGORIES 19H00**

**Echau articulaire salle annexe : 30 min avant rotation - 45 min pour les équipes adultes et séniors / Echau collectif sur plateau avant compétition : 4min par équipe**

S-5 - Echauffement : 16h40 - 17h15 / Echau plateau : 17h15 - 17h45 / Compétition 17h45 - 18h55								
Séquence 5 NATIONALE B/C	Echau	Sol		Mini-Trampoline		Tumbling		
		17:15	Fontenilles Gym	Nat C 12+	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Junior	St Jean Gymnique	Nat B mixte
		17:19	Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte	Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12+	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte
		17:23	St Jean Gymnique	Nat B mixte	Fontenilles Gym	Nat C 12+	Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+
		17:27	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte	Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Junior
		17:31	Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+	St Jean Gymnique	Nat B mixte	Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12 +
		17:35	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Junior	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte	Fontenilles Gym	Nat C 12 +
	17:39	Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12+	Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+	Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte	
	Compétition	17:45	Fontenilles Gym	Nat C 12+				
		17:50			Etoile Gym. Colomiers	Nat C junior	St Jean Gymnique	Nat B mixte
		17:55	Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte				
		18:00			Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12+	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte
		18:05	St Jean Gymnique	Nat B mixte				
		18:10			Fontenilles Gym	Nat C 12+	Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+
		18:15	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte				
18:20				Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte	Etoile Gym. Colomiers	Nat C Junior	
18:25		Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+					
18:30				St Jean Gymnique	Nat B mixte	Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12+	
18:35		Etoile Gym. Colomiers	Nat C junior					
18:40			Etoile Gym. Colomiers	Nat C Adulte	Fontenilles Gym	Nat C 12+		
18:45	Etoile Gym. Colomiers	Nat C 12+						
18:50			Salle V. Ferrari Sète	Nat C 12+	Etoile Gym. Colomiers	Nat B mixte		

**PALMARES NATIONALE TOUTES CATEGORIES 19h00**

