



## CHAMPIONNAT DE FRANCE ÉLITE GR Agen - 5 & 6 avril 2014 ENTRAÎNEMENTS

### ENTRAÎNEMENTS EN SALLE DE COMPÉTITION

#### VENDREDI 4 AVRIL - Entraînement avec musique (6 minutes par gym)

De 14h30 à 15h24 : **Pôle de Montpellier** (9 gymnastes) / 9x6= 54 minutes

De 15h30 à 16h00 : **Pôle INSEP** (5 gymnastes) / 5x6= 30 minutes

De 16h05 à 17h23 : **Pôle d'Évry** (13 gymnastes) / 13x6= 1heure 18 minutes

De 17h30 à 18h06 : **Pôle d'Orléans** (6 gymnastes) / 6x6= 36 minutes

De 18h15 à 18h57 : **Pôle de Calais** (7 gymnastes) / 7x6= 42 minutes

De 19h05 à 19h35 : **Pôle de Strasbourg** (5 gymnastes) / 5x6= 30 minutes

#### SAMEDI 5 AVRIL - Entraînement sans musique par catégorie

9h - 10h : **Juniors**

10h - 11h : **Seniors**

11h - 12h : **Espoirs 2002**

12h - 13h : **Espoirs 2001**

### ENTRAÎNEMENT AVANT COMPÉTITION

**Juniors groupe 1** : samedi 5 avril de 14h30 à 15h

**Juniors groupe 2** : samedi 5 avril de 16h30 à 17h

**Seniors** : samedi 5 avril de 19h à 19h30

**Espoirs 2002** : dimanche 6 avril de 9h15 à 9h45

**Espoirs 2001** : dimanche 6 avril de 11h à 11h30