



20, 21 et 22  
avril 2018

# Festi AERO

Complexe Gymnique :  
78 avenue Pierre Mendès France  
**ARQUES**

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT



# COMPÉTITION



# FORMATION

## VENDREDI

**13h-15h** Rencontre USEP / UNSS

**15h-16h** Démo Equipe de France

**17h-17h45** Table ronde des clubs et CNS  
(juge et coach)

**18h-18h45** Préparation Physique (coach)

**19h-19h45** Jugement des difficultés  
(juge et coach)

## SAMEDI

**8h30-11h** Compétition Fédéral A et Fédéral B

**11h-11h30** Palmarès et classement par équipe

**13h-14h** Cours de fitness (tout licencié)

**13h30-17h** Compétition National A

**17h – 17h30** Palmarès et classement par équipe

**19h-20h30** Gala Equipe de France (test chemin  
de sélection CM-CMGA)

**9h-9h45** Projet  (Gymnastes et entraineurs  
NA)

**10h-10h45** H lico, forme A (Gymnastes et  
entraineurs NB)

**11h-11h45** Scissors leaps et changements de  
jambes (Gymnastes, entraineurs,  
juges)

**12h-12h45** Sauts au gd écart/pompe  
(Gymnastes et entraineurs NB)

**15h-15h45** Forme de base des sauts  
(Gymnastes et entraineurs FA et FB)

**16h – 16h45** Approche de l'acrobatie (Gymnastes  
et entraineurs FA, FB et NB)

**17h30-18h30** Jugement de l'artistique  
(Entraeneurs, juges)

## DIMANCHE

**8h30-12h** Compétition National B

**12h – 12h30** Palmarès et classement par équipe

**9h-9h45** Porter et collaboration  
(Gymnastes et entraineurs NA)

**10h-10h45** Eléments du groupe D  
(Gymnastes et entraineurs FA et FB)

**11h-11h45** Acrobaties et transition  
(Gymnastes, entraineurs NA)