

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

SOMMAIRE

Page 2	Renseignements généraux
Page 3	Calendrier
Page 4	Composition des Jurys
Page 5	Catégorie d'age et droits d'engagement
Page 6	Organisation des compétitions
Page 7-9	1° tour des Coupes fédérales
Page 10-12	Challenge d'hiver Pupilles
Page 13-18	Challenge d'hiver Pupilles - Anneaux
Page 19-21	Challenge d'hiver Adultes
Page 22-24	Rencontre d'hiver Jeunes Poussins
Page 25-26	Finale Coupe Interclub
Page 27-29	Championnat régional en section Adultes et Pupilles
Page 30-33	Championnat régional individuel Adultes et Pupilles
Page 34-36	Rencontre d'été Jeunes Poussins

SAISON 2009– 2010**GYMNASTIQUE MASCULINE****CONCOURS - RENCONTRES - CHALLENGES - CHAMPIONNATS****RENSEIGNEMENTS UTILES**

1° **Les feuilles d'engagements** doivent parvenir aux dates portées sur les règlements au :

Secrétariat de la F.S.C.F./L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 Paris

Les engagements seront pris en considération uniquement si ils sont rédigés sur les feuilles réglementaires ci-jointes du programme LIF en double exemplaires avec le règlement des droits d'engagements. Aucune inscription ne sera prise sur papier libre.

Les chèques bancaires ou les C.C.P.doivent être libellés au nom de la L.I.F.,sans autre indication.Les droits d'engagement sont à régler dès l'inscription à la L.I.F. Les inscriptions dont les droits ne sont pas réglés, ne seront pas enregistrées.

Aucun engagement ne sera pris en considération, s'il n'est pas envoyé à la F.S.C.F/L.I.F. dans les délais

(cachet de la poste faisant foi)

2° **ATTENTION** : La tenue des gymnastes, des moniteurs, monitrices, et aides lors de nos compétitions et festival est **obligatoire**

Pour la remises des récompenses, les gymnastes doivent être en tenue.

3° **Pour pouvoir participer aux Championnats Fédéraux**, en section ou en individuel, il faut avoir participé aux Championnats Régionaux. Les excusés ou repêchés (blessures ou maladies) devront présenter un certificat médical au responsable du concours le jour du Championnat. Attention aux conséquences que cela peut entraîner pour les gyms.

4° **Les Associations, non présentes à la proclamation du palmarés, ne pourront réclamer les récompenses ultérieurement (ni parents, ni juges, ni autres personnes de l'Association).**

5° **Juges** : Chaque Association doit présenter un minimum de juges par championnat (voir encart). Une amende de 100€ par juge manquant et par championnat sera exigée et sera à payer avant le championnat suivant, sous peine de non inscription. Pour les juges inscrits, absents le jour de la compétition et non remplacés, une amende de 100 € augmentée du prix du repas (15€) sera exigée.

6° Lors des compétitions en L.I.F. dès la fin du championnat, le moniteur compte ses points et se rend au secrétariat pour contrôle, 15 minutes après la fin de son horaire de passage. Aucune réclamation sera admise après ces 15 minutes.

7° **La L.I.F.** convoquera les juges Fédéraux et Régionaux pour les championnats individuels.

8° **Formation de juges** :Associations, prenez conscience du manque de juges. Il y a des stages ouvert à tous et organisés par l'ensemble des Comités Départementaux.
Renseignements généraux

SAISON 2009– 2010
GYMNASTIQUE MASCULINE
CALENDRIER

Dates	Désignations	Lieux	Clôture des engagements	Réunions de la commission technique
Septembre				9/9/2009
Octobre				7/10/2009
17	Com TEC / CD	Paris (siège)		
18	Recyclage des juges	Croissy-sur-Seine	19/09/2009	
Novembre				4/11/2009
22	Juges régionaux (formation)	Croissy-sur-Seine		
28-29	Congrès Fédéral	Villefranche-surSaône		
Décembre				2/12/2009
6	1er tour Coupes fédérales	Croissy-sur-Seine	22/10/2009	
Janvier				6/1/2010
23-24	1/2 finales Coupes fédérales	Ile-de-France		
31	Adhésion de principe Fédéraux			
31	Challenge d'hiver Pupilles		18/12/2009	
Février				2/2/2010
14	Chall. d'hiver Adultes/Poussins		22/01/2010	
Mars				9/3/2010
21-22	Finales Coupes Fédérales	Vienne		
27-28	Régional Coupes Interclubs		25/01/2010	
Avril				7/4/2010
Mai				5/5/2010
9	Régional individuel	Aulnay-sous-Bois	15/03/2010	
16	Finale Coupes Interclubs		01/02/2010	
30	Régional en section		18/04/2009	
Juin				2/6/2010
11/12/13	Fédéral FSCF (section)	Andrezieux	30/01/2010	
20	Rencontre Poussins été		23/05/2010	
date à fixer entre le 23 mai et le 5 juin	Fédéral FSCF (individuel)	Vienne		

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

Composition du jury pour les compétitions L.I.F.

COMPETITIONS	NOMBRE DE JUGES
1er tour Coupes Fédérales	1 juge pour 1 à 4 gyms, 2 juges pour 5 à 8 gyms, 3 juges au delà
Challenge Pupilles	1 juge par équipe
Challenge Adultes et Poussins	1 juge par équipe pour les Adultes 1 juge par équipe pour les Poussins (les juges adultes doivent être différents des juges poussins) (Tout le monde juge aux deux compétitions)
Individuel Régional	1 juge pour 1 à 4 gyms, 2 juges pour 5 à 8 gyms, 3 juges au delà
Régional en sections	2 juges pour la 1ère équipe et 1 juge sup.par équipe et par catégorie
Poussins été	2 juges pour la 1ère équipe et 1 juge sup.par équipe en plus

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

DROITS D'ENGAGEMENT		CATEGORIES D'AGE	
	€		
Rencontre Jeunes Poussins	25,00€	Section "Adultes" nés en 1994 et avant	
Jeunes Poussins individuels	5,00€	Vétérans nés en 1975 et antérieurement	
Journée de perfectionnement	40,00€	Seniors nés en 1990 et antérieurement	
1er T. Coupes Fédérales indiv	11,00€	Juniors nés en 1991 et 1992	
Championnat individuel	11,00€	Cadets nés en 1993 et 1994	
Chal. d'hiver Adulte par équipe	23,00€	Section "Pupilles" nés entre 1995 et 2000	
Chal. d'hiver Adulte individuel	8,00€	Minimes nés en 1995 et 1996	
Chal. d'hiver Pupilles par équipe	23,00€	Benjamins nés en 1997 et 1998	
Chal. d'hiver Pupilles individuel	8,00€	Poussins nés en 1999 et 2000	
Interclubs par équipe	17,00€	Jeunes Poussins nés en 2001-2002-2003	
		En individuel aucun surclassement n'est autorisé en Jeunes Poussins	
Concours/Championnats en Section :			
Adultes		Pupilles	
F1	73,00€	F1	73,00€
F2	73,00€	F2	55,00€
F3	48,00€	F3	34,00€
F4	27,00€		

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS

Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44

site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

POUR TOUS LES CHAMPIONNATS

MATERIEL A PREVOIR

- a) Direction du Championnat : 2 tables, 4 chaises, 1 micro sono
- b) Juges: à chaque agrès 2 tables et 6 chaises
au sol 2 tables et 7 chaises
- c) Secrétariat: 2 tables (pour ordinateurs, photocopieur),
6 chaises, une rallonge électrique)
- d) Un espace suffisant pour les services de secours
- e) Une table et une chaise pour le contrôle d'entrée à la compétition
- f) Une table pour les récompenses
- g) Un podium, si possible
- h) L' Association organisatrice doit trouver 50% des récompenses.

POUR LES ORGANISATIONS NECESSITANT UN REPAS

La Commission technique prend en charge :

- 1) Tous les juges de la compétition
- 2) La direction du championnat
- 3) Le secrétariat
- 4) 3 personnes du service des secours (quand il y en a)
- 5) Le(la) Président(e) de l'Association organisatrice
- 6) 3 personnes" des cuisines".

La L.I.F. prend en charge les repas jusqu'à 15,00€,

l'excédent est à la charge de l'organisateur

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

1 er TOUR DES COUPES FEDERALES
6 DECEMBRE 2009 - CROISSY-SUR-SEINE

Catégories d'âges: Seniors, Espoirs (Juniors, Cadets)

L'équipe de Comité Régional sera composée à l'issue du 1er tour.

Seniors : 6 gymnastes

Espoirs : 6 gymnastes

JUGES: 1 juge pour 1 à 4 gyms engagés, 2 juges pour 5 à 8 gyms engagés, 3 juges au delà de 9 gyms

Echauffement général sur le plateau limité à :

30 minutes avant le début de la compétition

Les frais d'engagement sont de 11 € par gymnaste.

Retour des engagements pour **le 22 octobre 2009 (delai impératif)**

(cachet de la poste faisant foi) à la :

F.S.C.F./L.I.F
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "F.S.C.F./L.I.F."

L.I.F.

F.S.C.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

1 er TOUR DES COUPES FEDERALES
6 DECEMBRE 2009 - CROISSY-SUR-SEINE

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **22 Octobre 2009 (DELAI IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 11 € par gymnaste, soit 11 x.....=.....€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax:.....Mail:.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la ligue de l'Ile de France accompagnée des droits d'engagements

AssociationInitiales.....

ENGAGEMENTS 1er TOUR DES COUPES FEDERALES

Catégorie	Noms	Prénoms	Date naissance	N° de licence
ESPOIRS				
SENIORS				

	Noms	Prénoms	Niveau	N° de la carte
JUGES				

Nombre de juges selon règlement LIF:

1 juge pour 1 à 4 gyms engagés, 2 juges pour 5 à 8 gyms engagés, 3 juges au delà de 9 gyms

Amende de 100 € pour juges absents marqués ci-dessus et non remplacés

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER PUPILLES

31 janvier 2010

Contrôle des licences : 30 minutes avant le début de la compétition.

Les frais d'engagements sont de 23 € par équipe et 8 € par individuel.

Retour des engagements pour le **18 décembre 2009 (DELAI IMPERATIF)**
(cachet de la poste faisant foi) à la:

FSCF/LIF
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "FSCF/LIF".

Les Associations peuvent former une ou plusieurs équipes par catégorie.

Les Associations ne pouvant engager d'équipes ou ayant des gymnastes en surnombre pourront les engager à titre individuel.

CATEGORIE A : Equipe composée indifféremment du 1er au 5eme degré de 3 à 5 gyms

Les 3 meilleures notes par appareil après majoration comptent pour le classement.

CATEGORIE B :Equipe composée indifféremment de 1er, 2eme, 3eme degré de 3 à 5 gyms

Les 3 meilleures notes par appareil après majoration comptent pour le classement.

EPREUVES DU PROGRAMME: les quatre agrès du programme fédéral 2010 plus mouvements LIF aux anneaux (voir ci-joint)

RECOMPENSES : aux 3 premières équipes par catégorie.

Pour participer au Challenge, il faut obligatoirement présenter soit deux équipes A ou soit deux équipes en B ou soit une équipe en A et une équipe en B.

Le Challenge sera attribué à l'Association classée première, après l'addition des 3 meilleures notes après majoration de chacune des deux équipes.

JUGES: 1 juge par équipe engagée

L.I.F.

F.S.C.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : http://www.fscf.asso.fr/-Activites

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER PUPILLES
31 janvier 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **18 décembre 2009 (DELAÏ IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 23,00€ par équipe, soit 23,00€	=	€
8,00€ par individuel, soit 8,00€	=	€
TOTAL	€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER PUPILLES

31 janvier 2010

ASSOCIATION: **INITIALES:**.....

CATEGORIE A

Nombre d'équipe	
-----------------	--

CATEGORIE B

Nombre d'équipe	
-----------------	--

INDIVIDUELS

Nombre	
--------	--

JUGES

1 juge par équipe (amende pour juges absents marqués ci-dessous et non remplacés, plus le prix du repas)

Noms	Prénoms	Niveau	N° de carte

CHALLENGE D'HIVER PUPILLES

EXERCICES AUX ANNEAUX

1. - CARACTERISTIQUES DES EXERCICES

De la station jambes serrées ou d'un élan, le gymnaste doit sauter ou être soulevé à la suspension en bonne tenue. L'évaluation commence au moment où le gymnaste quitte le sol.

Tous les éléments de maintien doivent être tenus **2 secondes**.

Le gymnaste doit réaliser les éléments **d'élan bras tendus**.

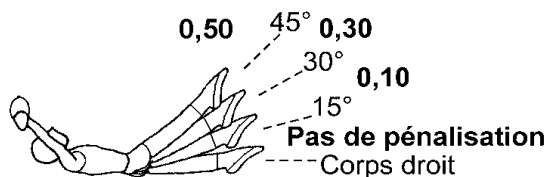
Dans les positions de maintien, les bras sont tendus (sauf appuis renversé bras fléchis) et les anneaux sont parallèles.

2. - PENALISATIONS DANS LES ELANCES

21. - Cassé du corps aux anneaux.

Les élancés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps droit (tronc, jambes)**.

Les cassés du corps sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.

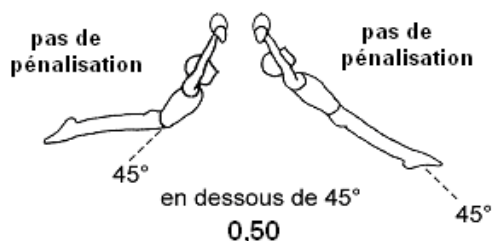


- Cassé du corps > à 45° : 0,50 pt
- Cassé du corps de 31° à 45 : 0,30 pt
- Cassé du corps de 15° à 30 : 0,10 pt
- Cassé du corps < 15° : pas de pénalisation

Pour les élancés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps

22. - Hauteur des élancés aux anneaux.

- 1^{er} et 2^{ème} degrés Pupilles

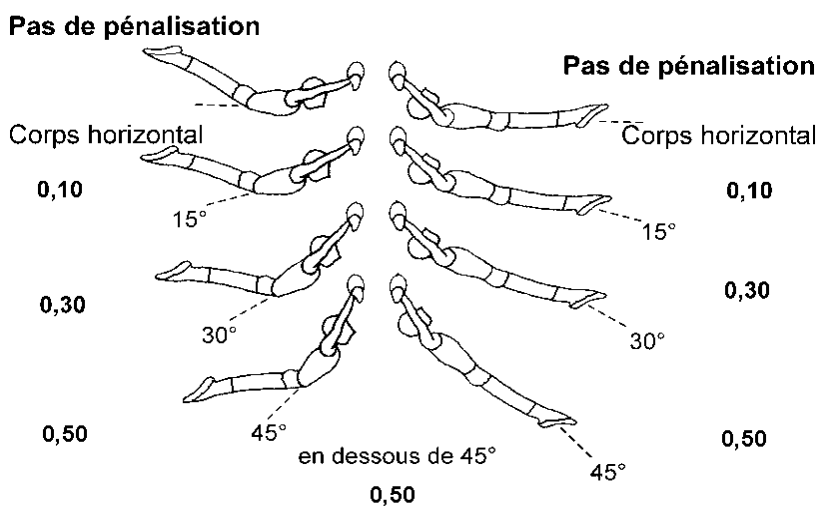


- 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} degrés Pupilles

Dans les élancés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.

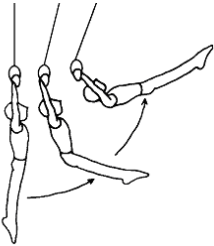
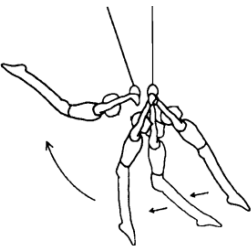
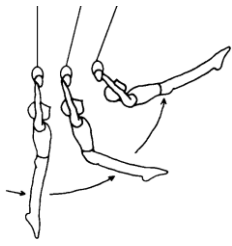
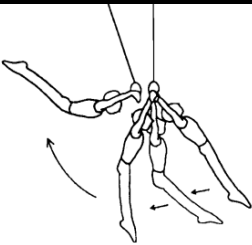
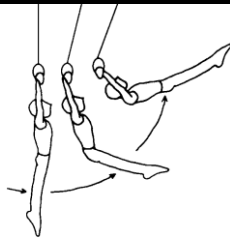
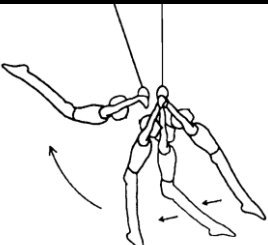
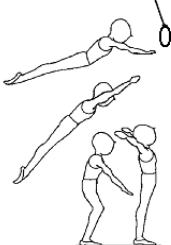
Les élancés doivent avoir une amplitude **au moins corps à l'horizontale**. Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à l'horizontale :



ANNEAUX

Pupilles (1^{er} degré)

			
2,0)	1,5)	1,5)	
De la suspension corps tendu, élaner en avant le corps tendu au dessus de 45° ,	élaner en arrière le corps au dessus de 45° ,	élaner en avant le corps tendu au dessus de 45° ,	
			
1,5)	1,5)	2,0)	
élaner en arrière le corps au dessus de 45° ,	élaner en avant le corps tendu au dessus de 45° ,	élaner en arrière le corps au dessus de 45° , sortir en arrière par appui sur les anneaux.	
		Manque d'appui 0,30 ou 0,50 Corps cassé 0,10 ou 0,30 ou 0,50	

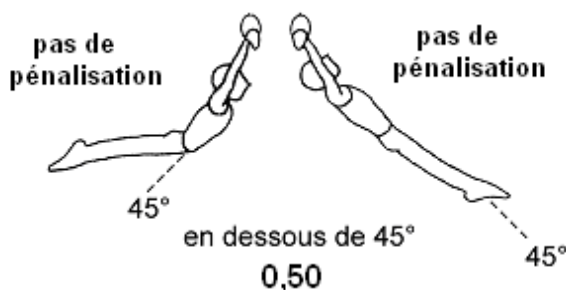
Hauteur des élanés :

Dans les élanés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.

Les élanés doivent avoir une amplitude **au moins corps à 45°**.

Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à 45° :

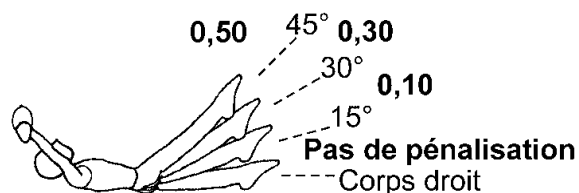


Cassé du corps :

Les élanés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps tendu (tronc, jambes)**.

Pour les élanés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps.

Les cassés du corps en avant et en arrière sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.

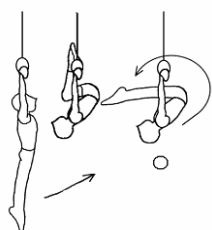
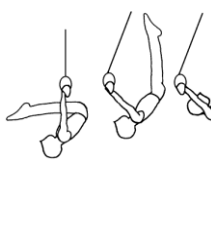
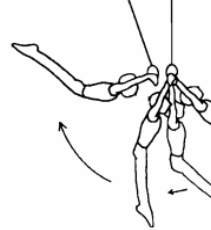
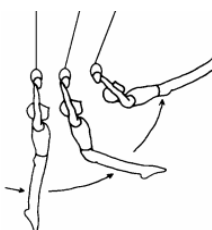


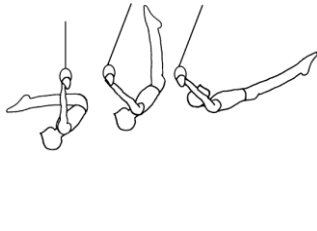
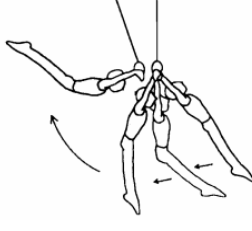
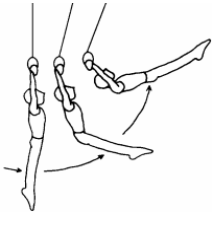
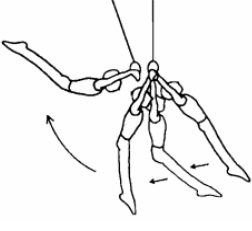
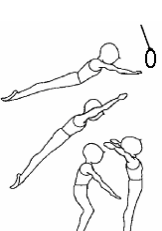
Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages CP – 8 à 14.

2,0	1,5	1,5	1,5	1,5	2,0
))))))↓

ANNEAUX

Pupilles (2^{ème} degré)

			
2,0 $\uparrow \leftarrow 0$	1,0 \curvearrowright	1,0 \curvearrowright	2,0 $\curvearrowright \downarrow 0$
De la suspension tendue, élever le corps groupé à la suspension renversée puis tendre les jambes à la suspension mi-renversée horizontale (position tenue 2s) -	élancer en avant (fermeture-ouverture), corps tendu au dessus de 45° ,	élancer en arrière le corps au dessus de 45° ,	Élever en avant pour élever le corps tendu à la suspension renversée corps droit et jambes tendues (position tenue 2s)
Position sans arrêt 1,00 Jambes non horizontales ... 0,10 ou 0,30 ou 0,50 Bras fléchis ... 0,10 ou 0,30 ou 0,50 Anneaux non parallèles 0,10 Pas de pénalisation pour élévation bras fléchis			Position sans arrêt 1,00 Corps cassé 0,10 ou 0,30 ou 0,50 Anneaux non parallèles ... 0,10 Tête rentrée 0,30

				
1,0 \curvearrowright	1,0 \curvearrowright	1,0 \curvearrowright	1,0 $\curvearrowright \downarrow$	
Abaisser les jambes pour élancer en avant (fermeture-ouverture), corps tendu au dessus de 45° ,	élancer en arrière le corps au dessus de 45° ,	élancer en avant le corps tendu au dessus de 45° ,	élancer en arrière le corps au dessus de 45° , sortie en arrière par appui sur les anneaux.	
			Manque d'appui 0,30 ou 0,50 Corps cassé 0,10 ou 0,30 ou 0,50	

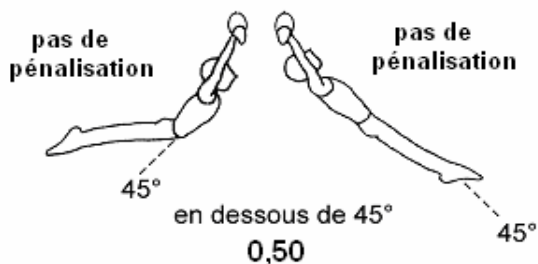
Hauteur des élans :

Dans les élancés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.

Les balancés doivent avoir une amplitude **au moins corps à 45°**.

Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à 45° :

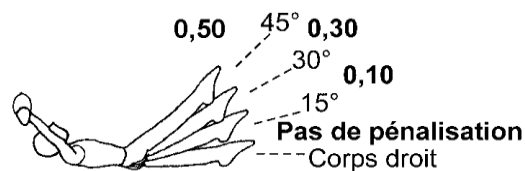


Cassé du corps :

Les élancés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps tendu (tronc, jambes)**.

Pour les élancés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps.

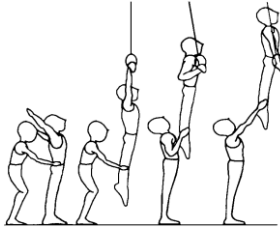


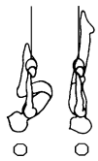
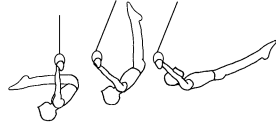





Les cassés du corps en avant et en arrière sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.

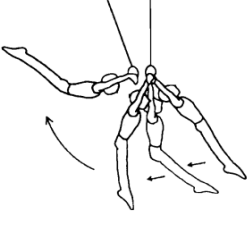
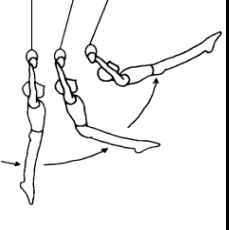
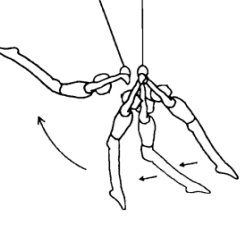
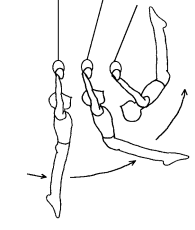
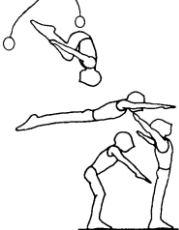







2,0	1,0	1,0	2,0	1,0	1,0	1,0	1,0
$\uparrow \leftarrow 0$	\curvearrowright	\curvearrowright	$\curvearrowright \downarrow 0$	\curvearrowright	\curvearrowright	\curvearrowright	$\curvearrowright \downarrow$

ANNEAUX

Pupilles (3^{ème} degré)

				
1,0 	1,0 	1,0 	1,0 	1,0 
De la suspension bras tendus : s'élever avec aide par traction des bras à l'appui tendu (position tenue 2s), anneaux parallèles	Elever les jambes fléchies à l'horizontale (position tenue 2s), anneaux parallèles	Rouler en avant à la suspension mi-renversée jambes fléchies,	(position tenue 2s) - Puis s'établir à la suspension renversée (position tenue 2s) -	Abaisser les jambes pour élaner en avant (fermeture-ouverture),
Traction un bras après l'autre 0,30 Position sans arrêt 1,00 Anneaux non parallèles 0,10	Position sans arrêt 1,00 Anneaux non parallèles ... 0,10		Position sans arrêt 0,50 / position	

				
1,0 	1,0 	1,0 	1,0 	1,0 
élaner en arrière,	élaner en avant,	élaner en arrière,	élaner en avant,	sortie en salto arrière, corps groupé.
				Lâcher après la verticale. 0,50 Pas de pénalisation pour manque d'amplitude

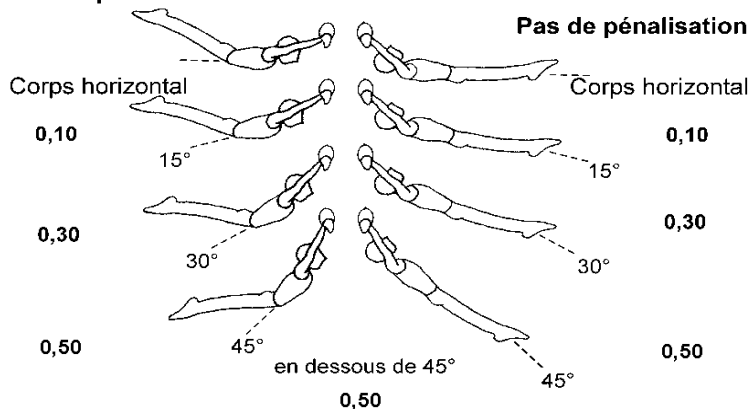
Hauteur des élanés :

Dans les élanés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau du corps.

Les élanés doivent avoir une amplitude **au moins corps à l'horizontale**. Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

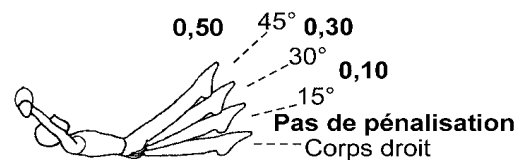
Pénalisation calculée d'après la déviation du corps par rapport à l'horizontale :

Pas de pénalisation




Cassé du corps :

Les élanés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps droit (tronc, jambes)**. Les cassés du corps sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.



Pour les élanés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps

Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages CP – 8 à 14.

1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
									

ANNEAUX

Pupilles (4^{ème} degré)

1,0	1,0	1,0	1,0	
De la suspension bras tendus : s'élever avec aide par traction des bras à l'appui (position tenue 2s) – anneaux parallèles	Elever les jambes tendues à l'équerre (position tenue 2s) – anneaux parallèles	Rouler en avant à la suspension renversée corps tendu (position tenue 2s) -	Abaissés les jambes tendues pour élaner en avant, (fermeture - ouverture du corps),	élaner en arrière,
Avec aide..... 0,50 Traction un bras après l'autre 0,30 Position sans arrêt 1,00 Anneaux non parallèles ... 0,10	Position sans arrêt 1,00 Anneaux non parallèles ... 0,10	Position sans arrêt 1,00		
1,0	1,0		1,0	
dislocation avant, Pas d'exigence d'amplitude Pas de pénalisation corps cassé	sans arrêt élaner en avant, Arrêt 0,50	élaner en arrière,	élaner en avant,	
1,0	1,0	1,0		
élaner en arrière,	élaner en avant,	sortie en salto arrière jambes tendues. Pas de pénalisation pour corps cassé et manque d'amplitude Lâcher après la verticale.....0,50		

Hauteur des élanés :

Dans les élanés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**. Les élanés doivent avoir une amplitude **au moins corps à l'horizontale**. Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

L'amplitude est pénalisée en fonction de la déviation du corps par rapport à l'horizontale.

Cassé du corps :

Les élanés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps droit (tronc, jambes)**. Les cassés du corps sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.

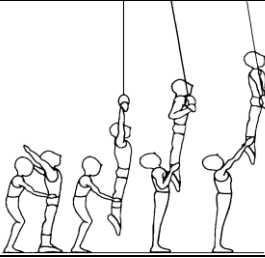

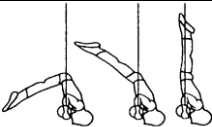
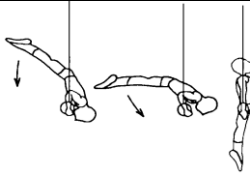




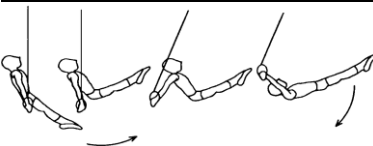
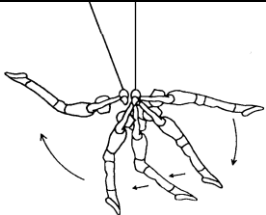

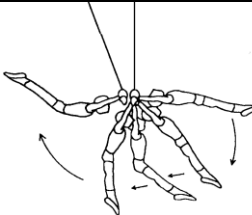
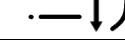



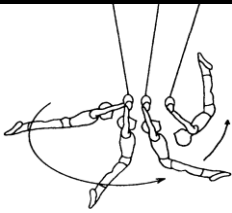
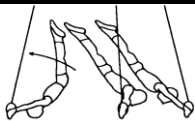
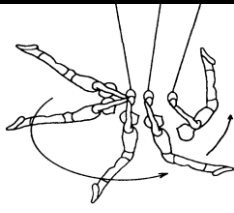
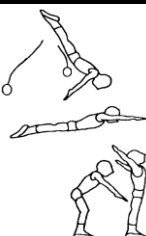




Pour les élanés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps

Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages CP – 8 à 14.

1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0

ANNEAUX

Pupilles (5^{ème} degré)

			
1,0 	1,0 	1,0 	1,0 
De la suspension bras tendus : s'élever avec aide par traction des bras à l'appui (position tenue 2s) – anneaux parallèles	Elever les jambes à l'équerre (position tenue) anneaux parallèles	Elever le corps fléchi, jambes tendues à l'appui renversé, bras fléchis (position tenue 2s) -	Abaisser les jambes pour venir à l'appui tendu,
Traction un bras après l'autre 0,30 Position sans arrêt 1,00	Position sans arrêt ... 1,00	Position sans arrêt 1,00	Arrêt0,50
			
1,0 	1,0 	1,0 	1,0 
sans arrêt, élaner en avant à l'appui pour élaner vers l'arrière corps tendu à la suspension,	élaner en arrière,	dislocation avant, corps tendu ,	sans arrêt, élaner en arrière,
Elancer bassin sous l'horizontale 0,30 Arrêt 0,50		Pas d'exigence d'amplitude des épaules Corps cassé 0,10 ou 0,30 ou 0,50	Arrêt0,50
			
	1,0 		1,0 
élaner en avant,	dislocation arrière,	élaner en avant et sortie en salto arrière, corps tendu .	
	Pas d'exigence d'amplitude des épaules	Lâcher après la verticale 0,50 Bassin sous les anneaux 0,30	

Hauteur des élancés :

Dans les élancés **en avant et en arrière**, l'amplitude se mesure au niveau **du corps**.

Les élancés doivent avoir une amplitude **au moins corps à l'horizontale**.

Pas d'exigence demandée pour la hauteur des épaules.

L'amplitude est pénalisée en fonction de la déviation du corps par rapport à l'horizontale.











Cassé du corps :

Les élancés **en avant** doivent être réalisés obligatoirement **corps droit (tronc, jambes)**.

Les cassés du corps sont pénalisés en fonction de l'angle de fermeture du corps.

Pour les élancés **en arrière**, les épaules doivent rester basses. Pas de pénalisation pour un cambré du corps

Pour les fautes générales non mentionnées dans le texte de l'exercice, le juge doit se reporter au Code de Pointage Fédéral, pages CP – 8 à 14.

1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0
									

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER ADULTES

14 février 2010

Contrôle des licences : 30 minutes avant le début de la compétition.

Les frais d'engagements sont de 23 € par équipe et 8 € par individuel.

Retour des engagements pour le **22 janvier 2010 (DELAI IMPERATIF)**
(cachet de la poste faisant foi) à la:

FSCF/LIF
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "FSCF/LIF".

Les Associations peuvent former une ou plusieurs équipes par catégorie.

Les Associations ne pouvant engager d'équipes ou ayant des gymnastes en surnombre pourront les engager à titre individuel.

CATEGORIE A : Equipe composée indifféremment du 1er au 5eme degré de 3 à 5 gyms

Les 3 meilleures notes par appareil après majoration comptent pour le classement.

CATEGORIE B :Equipe composée indifféremment de 1er, 2eme, 3eme degré de 3 à 5 gyms

Les 3 meilleures notes par appareil après majoration comptent pour le classement.

RECOMPENSES : aux 3 premières équipes par catégorie.

Pour participer au Challenge, il faut obligatoirement présenter soit deux équipes A ou soit deux équipes en B ou soit une équipe en A et une équipe en B.

Le Challenge sera attribué à l'Association classée première, après l'addition des 3 meilleures notes après majoration de chacune des deux équipes.

JUGES: 1 juge par équipe engagée (différent des juges "jeunes poussins")

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél : 01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER ADULTES

14 février 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **22 janvier 2010 (DELAÏ IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 23,00€ par équipe, soit 23,00€	=	€
8,00€ par individuel, soit 8,00€	=	€
TOTAL	€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHALLENGE D'HIVER ADULTES

14 février 2010

ASSOCIATION: **INITIALES:**.....

CATEGORIE A

Nombre d'équipe	
-----------------	--

CATEGORIE B

Nombre d'équipe	
-----------------	--

INDIVIDUELS

Nombre	
--------	--

JUGES

1 juge par équipe - différent des juges Jeunes Poussins (amende pour juges absents marqués ci-dessous et non remplacés, plus le prix du repas)

Noms	Prénoms	Niveau	N° de carte

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'HIVER JEUNES POUSSINS

14 février 2010

Contrôle des licences : 30 minutes avant le début de la compétition.

Les frais d'engagement sont de 25,00€ par équipe et 5,00€ par individuel.

Retour des engagements pour le **22 janvier 2010 (DELAÏ IMPERATIF)**
(cachet de la poste faisant foi) à la:

FSCF/LIF
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "FSCF/LIF".

Jeunes Poussins (nés en 2001 – 2002 – 2003)

Epreuve du programme fédéral 2010, équipes de **4 à 7** gymnastes.

Le classement s'effectuera sur les 4 meilleures notes par appareil après majoration.

RAPPEL : Il faut impérativement un accompagnateur par équipe en tenue réglementaire

Pour la tenue de tous les jeunes Poussins, se référer au règlement du programme 2010

JUGES: 1 juge par équipe engagée (différent des juges adulte)

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : http://www.fscf.asso.fr/-Activites

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'HIVER JEUNES POUSSINS

14 février 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **22 janvier 2010 (DELAÏ IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 25,00€ par équipe, soit 25,00 x.....	€
5,00€ par individuel, soit 5,00 x.....	€
TOTAL	€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'HIVER JEUNES POUSSINS

14 février 2010

ENGAGEMENTS

Association :

Initiales :

Equipe de 4 à 7 gymnastes

Nombre d'équipes:

JUGES

1 juge par équipe - différent des juges Adultes (amende pour juges absents marqués ci-dessous et non remplacés, plus le prix du repas)

Noms	Prénoms	Niveau	N° de carte

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

COUPE NATIONALE INTERCLUB

Finale le 16 Mai 2010

Pour le tour Départemental : les résultats doivent être envoyés pour le 25 janvier 2010 (délai impératif) à la LIF avec les engagements du tour régional.

Le tour Régional aura lieu les 27 ou 28 mars (lieu à définir)

Echauffement général sur le plateau limité à :

30 minutes avant le début de la compétition

Les frais d'engagement sont de 32,00€ par équipe

Retour des engagements du tour Régional pour **le 25 janvier 2010 (délai impératif)**

(cachet de la poste faisant foi) à la:

FSCF/LIF
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "FSCF/LIF"

REGLEMENT

voir le programme fédéral

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : http://www.fscf.asso.fr/-Activites

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

COUPE NATIONALE INTERCLUB

27 ou 28 mars 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **25 janvier 2010 (DELAÏ IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 32,00€ par équipe, soit 32 =€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS

Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44

site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHAMPIONNAT REGIONAL EN SECTION ADULTES ET PUPILLES
--

30 mai 2010

Contrôle des licences : **30 minutes avant le début de la compétition**

Les frais d'engagement sont de :

Adultes	€	Pupilles	€
F 1	73,00	F 1	73,00
F 2	73,00	F 2	55,00
F 3	48,00	F 3	34,00
F 4	27,00		

Retour des engagements pour le 18 Avril 2010 (DELAI IMPERATIF) à la LIF

(cachet de la poste faisant foi)

F.S.C.F./L.I.F.
26 rue Oberkampf
78001 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "F.S.C.F./L.I.F. "

Ce Concours est obligatoire pour pouvoir participer au Championnat Fédéral

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : http://www.fscf.asso.fr/-Activites

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHAMPIONNAT REGIONAL EN SECTION ADULTES ET PUPILLES

30 mai 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **18avril 2010 (DELAI IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Frais d'engagements:

Adultes F1	73,00€ soit 73€ x.....	=€
Adultes F2	73,00€ soit 73€ x.....	=€
Adultes F3	48,00€ soit 48€ x.....	=€
Adultes F4	27,00€ soit 27€ x.....	=€
Pupilles F1	73,00€ soit 73€ x.....	=€
Pupilles F2	55,00€ soit 55€ x.....	=€
Pupilles F3	34,00€ soit 34€ x.....	=€
		TOTAL€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHAMPIONNAT REGIONAL EN SECTION ADULTES ET PUPILLES

30 mai 2010

ENGAGEMENTS

Association : **INITIALES:**.....

ADULTES

DIVISION : **Nombre de gymnastes:**

DIVISION : **Nombre de gymnastes:**

PUPILLES

DIVISION : **Nombre de gymnastes:**

DIVISION : **Nombre de gymnastes:**

JUGES

2 juges pour la 1ere équipe et 1 juge par équipe supplémentaire (amende pour juges absents marqués ci-dessous, plus le prix du repas)

Noms	Prénoms	Niveau	N° de carte

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHAMPIONNAT REGIONAL INDIVIDUEL ADULTES ET PUPILLES

9 mai 2010

AULNAY-SOUS-BOIS

Echauffement général sur le plateau limité à :

30 minutes avant le début de la compétition

Les frais d'engagement sont de 11€ par gymnaste.

Retour des engagements pour le 19 mars 2010 (DELAI IMPERATIF) à la LIF

(cachet de la poste faisant foi)

F.S.C.F./L.I.F.
26 rue Oberkampf
78001 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "F.S.C.F./L.I.F. "

Ce championnat est obligatoire pour pouvoir participer au championnat fédéral

REGLEMENT

Voir le programme fédéral

JUGES: 1 juge pour 1 à 4 gyms engagés, 2 juges pour 5 à 8 gyms engagés, 3 juges au delà de 9 gyms

SAISON 2009– 2010**GYMNASTIQUE MASCULINE****CHAMPIONNAT REGIONAL INDIVIDUEL ADULTES ET PUPILLES**
9 mai 2010
AULNAY-SOUS-BOIS

Pupilles 3 Régionaux (sans limitation d'age)	table de saut : lune :1,20m* 2 essais sol libre parallèles - fixe - anneaux* arçons	6 meilleurs éléments + sortie du 2° au 5° degré Pupilles 1er degré Adultes
Pupilles 2	6 épreuves imposées saut : 1,20m ;	5 eme degré Pupille 2 essais imposés **
Pupilles 1	6 épreuves libres saut : 1,20m ;	6 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre
Cadets 2	sol libre arçons,anneaux,parallèles,fixe table de saut :1,35m*	6 meilleurs éléments + sortie 3e ou 4e ou 5e degré Adultes majoré 1 essai saut libre
Cadets 1	6 épreuves libres table de saut :1,35m*	6 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre
Juniors 2	sol libre arçons,anneaux,parallèles,fixe table de saut : 1,35m *	6 meilleurs éléments + sortie 4e ou 5e degré Adultes majoré 1 essai saut libre
Juniors 1	6 épreuves libres table de saut : 1,35m *	6 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre
Vétérans	5 ou 6 épreuves libre au choix 5 meilleurs notes table de saut : 1,35m	6 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre
Seniors 2	sol libre arçons,anneaux,parallèles,fixe table de saut : 1,35m *	6 meilleurs éléments + sortie 4e ou 5e degré Adultes majoré 1 essai saut libre
Seniors 1	6 épreuves libres table de saut : 1,35m	6 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre
Honneur	6 épreuves libres table de saut : 1,35m	9 meilleurs éléments + sortie 1 essai saut libre

* Pour les anneaux, voir le programme LIF Anneaux ci-joint

** Deux tremplins sont autorisés (tremplins de 20 cm ou 1 tremplin de 40 cm)

L.I.F.

F.S.C.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

CHAMPIONNAT REGIONAL INDIVIDUEL ADULTES ET PUPILLES
9 mai 2010
AULNAY-SOUS-BOIS

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **19 mars 2010 (DELAI IMPERATIF)** à :

F.S.C.F../L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 11,00€ par gymnaste, soit 11,00 x.....=.....

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

CHAMPIONNAT REGIONAL INDIVIDUEL ADULTES ET PUPILLES

Association:Initiales :.....

ENGAGEMENTS

Catégories	Noms	Prénoms	Dte Naissance	N° de licence
Pupilles 3				
Pupilles 2				
Pupilles 1				
Cadets 2				
Cadets 1				
Juniors 2				
Juniors 1				
Seniors 2				
Seniors 1				
Honneur				
Vétérans				
JUGES	Noms	Prénoms	Niveau	N° de la carte

Nombre de juges selon règlement LIF:

1 juge pour 1 à 4 gyms engagés, 2 juges pour 5 à 8 gyms engagés, 3 juges au delà de 9 gyms

Amende de 100 € pour juges absents marqués ci-dessus et non remplacés

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'ETE JEUNES POUSINS

20 juin 2010

Contrôle des licences : **30 minutes avant le début de la compétition.**

Les frais d'engagements sont de 25,00€ par équipe et 5,00€ par individuel.

Retour des engagements pour le 23 mai 2010 (DELAI IMPERATIF)
(cachet de la poste faisant foi) à la:

FSCF/LIF
26 rue Oberkampf
75011 Paris

accompagnés du chèque de règlement à l'ordre de "FSCF/LIF".

Jeunes Poussins (nés en 2001-2002-2003)

Epreuve du programme fédéral 2010, équipes de 4 à 7 gymnastes.

Le classement s'effectuera sur les 4 meilleures notes par appareil après majoration

RAPPEL : Il faut impérativement un accompagnateur par équipe en tenue réglementaire

Pour la tenue de tous les Poussins, se référer au règlement du programme 2010

L.I.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : http://www.fscf.asso.fr/-Activites

F.S.C.F.

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'ETE JEUNES POUSINS
20 juin 2010

BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner pour le **23 mai 2010 (DELAI IMPERATIF)** à :

F.S.C.F./L.I.F.
26 rue Oberkampf
75011 - Paris

Les frais d'engagements sont de 25,00€ par équipe, soit 25,00 x.....	=	€
5,00€ par individuel, soit 5,00 x.....	=	€
TOTAL	€

Association :

Initiales :

RESPONSABLE DE LA SECTION (pour transmission du dossier)

NOM.....Prénom

Adresse.....

Code postal.....Ville.....

Tel :Fax.....Mail.....

Rappel : L'OUBLI DE REGLER LES DROITS D'ENGAGEMENT ANNULE L'INSCRIPTION

Fait à.....le.....

Signature

Cette feuille d'inscription et d'engagement (recto verso) doit nous parvenir dans les délais requis au secrétariat de la LIF accompagnée des droits d'engagements

L.I.F.

F.S.C.F.

26 rue Oberkampf 75011-PARIS
Tél :01-43-38-16-95 - FAX : 01-43-38-94-44
site : <http://www.fscf.asso.fr/-Activites>

SAISON 2009– 2010

GYMNASTIQUE MASCULINE

RENCONTRE D'ETE JEUNES POUSINS
20 juin 2010

ENGAGEMENTS

Association :

Initiales :

Equipe de 4 à 7 gymnastes

Nombre d'équipes:

Individuels:

JUGES

2 juges pour la 1° équipe - 1 juge supplémentaire par équipe supplémentaire (amende pour juges absents marqués ci-dessous et non remplacés, plus le prix du repas)

Noms	Prénoms	Niveau	N° de carte