
Revue d'effectif nationale 2020

Montceau-les-Mines du 17 au 19 décembre

Afin d'effectuer dans les meilleures conditions la RNE 2020, nous vous demandons de prendre connaissance de l'organisation de cette action dans le respect des consignes établies.

Le protocole sanitaire a été fixé selon les règles fédérales et complété par celui du club et de la ville de Montceau-les-Mines. Nous les remercions vivement d'avoir accepté l'organisation de cette manifestation.

En complément du protocole des organisateurs, nous apportons un certain nombre de précisions dans le déroulement et faisons appel au bon comportement de chacun.

- A votre arrivée, nous demanderons de remettre le formulaire COVID-19 remplie. (En pièce jointe)
- Le déroulement des entraînements et de la compétition ont été effectués de façon à limiter les contacts entre les groupes et de garder les distanciations.
- Nous vous demandons de bien respecter les zones définies, les sens de circulation, les horaires concernant les entraînements, la compétition et les repas.
- Les vestiaires seront fermés. Vous prendrez vos dispositions pour vous changer sur les zones de repos définies ou vous préparer à l'hôtel. Chacun devra avoir ses effets personnels, des claquettes et sa propre magnésie.
- Avant toute entrée dans l'une des salles d'entraînement ou de compétition, les gymnastes devront se laver les mains au gèle hydroalcoolique, et cela sera à répéter chaque fois qu'un gymnaste sort d'une des salles.
- Le port du masque est obligatoire pour l'ensemble de l'encadrement et du jury lors des entraînements en plus des déplacements en dehors de l'entraînement.
- Il sera obligatoire pour les gymnastes en dehors de l'entraînement.

Merci de votre respect au bon déroulement.

Entraînements la veille des compétitions sur le plateau dans la salle Jean Bouveri.

- Le temps d'échauffement général et préparation individuelle est fixé à 20mn. Nous vous demanderons de bien veiller à faire respecter les distanciations.
- A l'agrès, le temps de préparation se fera par groupe selon l'organigramme nominatif en commençant au 2ème agrès de la compétition. Les gymnastes disposeront de 20mn par agrès. Le changement d'agrès sera annoncé au micro.
- Les zones de repos restent par groupes au 1^{er} agrès de départ de la compétition. Il n'y aura pas de changement de zone de repos au changement d'agrès.

Horaires d'entraînement par catégorie :

Mercredi 16 décembre

Avenir : 13h00 - 15h20

Espoir : 15h30 – 17h50

U16 : 18h00 – 20h20

Vendredi 18 décembre

U18 : 14h – 16h20

Senior : 16h30 – 18h50

Déroulement de la compétition, salle Jean Bouveri.

- Le temps d'échauffement général et de préparation individuelle est de 20 mn.
- A l'agrès, le temps de préparation se fera par groupe selon l'organigramme nominatif en commençant au 2ème agrès de la compétition. Les gymnastes disposeront de 10mn par agrès. Le changement d'agrès sera annoncé au micro.
- Horaires d'échauffement et de compétitions par catégorie : Voir organigramme nominatif
- Les zones de repos restent par groupes au 1^{er} agrès de départ de la compétition. Il n'y aura pas de changement de zone de repos au changement d'agrès. La présentation aux juges s'effectuera depuis la zone de repos, debout en alignement.

Palmarès

- Il se fera 15mn après chaque compétition. Celui-ci se déroulera en dehors de la salle de compétition pour laisser la catégorie suivante se préparer.
- Seuls les 3 premiers gymnastes seront concernés. Nous vous informerons du détail de l'organisation des remises de récompense sur place.
- Le palmarès vous sera envoyé par mail à l'issue de la compétition.

La salle Marceau Crespin est réservée sur les plages d'entraînement suivantes :

- U16 : jeudi 17 décembre de 9h15 à 11h15
- Sénior : Samedi 19 décembre de 9h à 11h

Les entraînements sont libres mais dans le respect des gestes barrières.

En dehors de ces plages horaires, l'accès de la salle n'est pas autorisé.

Merci à tous pour votre collaboration.

Bonne préparation

En PJ : Formulaire FFG Covid-19 / Organigramme nominatif / Protocole Montceau gym