

Vendredi 9 décembre - 17:45 - 19:30 - SENIOR

Echauffement général à partir de 16:15 : Plateau de compétition et échauffement agrès en salle de compétition - 16:40 à 17:40 (10mn par agrès)

SOL		ARCONS		ANNEAUX		SAUT		BARRES PARALLELES		BARRE FIXE	
<b>3 mn d'échauffement et passage à l'agrès</b>											
<b>BALLON Arthur</b> SMO ORLEANS	2003	<b>HRIMECHE Zachari</b> GYM AGRES VELIZY	1997	<b>SPECHT-LE NILLON Enzo</b> SG OBERHOFFEN	2002	<b>NOBLET Théo</b> CONVENTION GYMNIQUE DE LYON	2002	<b>TOUCHAIS Melwin</b> OAJLP GYMNASTIQUE ANTIBES	2001	<b>BELLIL Swaimy</b> TREMBLAY ATHLETIQUE CLUB	2003
<b>BARDOU Victor</b> LA SOTTEVILLAISE	2003	<b>ZONA Jim</b> ALBONNAISE FRANCONVILLE	1992	<b>ELOY Bastien</b> MONTCEAU GYM	2001	<b>NOBLET Lucas</b> SOCIETE MUNICIPALE DE BOURGES	2000	<b>LEFEBVRE Théo</b> LA SOTTEVILLAISE	2003	<b>MASIA PACHOLCZYK Tom</b> LMJSM LA MADELEINE	2000
<b>BLIN Alexis</b> NOISY LE GRAND GYMNASTIQUE	2001	<b>BOULET Edgar</b> SOCIETE MUNICIPALE D'ORLEANS	1995	<b>PAMPIANCHI Lorenzo</b> NOISY LE GRAND-NGGYM	1999	<b>CLERC Remi</b> CASCOL GYM	1996	<b>BRECHE Axel</b> AS VALLAURIS GOLFE-JUAN	2004	<b>MARECHAL Julien</b> LMJSM LA MADELEINE	2001
<b>CORDULE Mathys</b> SOCIETE MUNICIPALE D'ORLEANS	2001	<b>AUGIS Axel</b> CLAMART GYM. 92	1990	<b>VUILLAUME Alexis</b> TREMBLAY ATHLETIQUE CLUB	1998	<b>NOGIER Arthur</b> CASCOL GYM	2003	<b>FERNANDES HENRIQUES Paco</b> AS VALLAURIS GOLFE-JUAN	2004	<b>LAMBERT Sebastien</b> NOISY LE GRAND-NGGYM	2001
<b>CARMONA Hugo</b> OAJLP GYMNASTIQUE ANTIBES	2004	<b>DIEZ Nicolas</b> LA SOTTEVILLAISE	2004	<b>CARVALHO Kevin</b> MONTCEAU GYM	1999	<b>BURBAIL Alphonse</b> LES ENFANTS DE LA DORDOGNE	2004	<b>LABRO Justin</b> NORMANDIE REGROUPEMENT GYMNIQUE	2004	<b>BARBET Samy</b> TREMBLAY ATHLETIQUE CLUB	2004
<b>SAINTE ROSE Lorenzo</b> NOISY LE GRAND GYMNASTIQUE	2004	<b>DESANGES Lucas</b> SOCIETE MUNICIPALE D'ORLEANS	2002	<b>PETIT Shun</b> ETOILE DE MONACO	1996	<b>DELORME Mathys</b> NORMANDIE REGROUPEMENT GYMNIQUE	2004	<b>LIXON Timéo</b> OAJLP GYMNASTIQUE ANTIBES	2004	<b>COGAT Adam</b> GYM AGRES VELIZY	2003

**Palmarès SENIOR 20:00**

Entraînement sur le plateau de compétition : Jeudi 8 décembre - Echauffement général de 17h30 à 18h00 entraînement agrès de 18h00 jusqu'à 19h30 (15mn)

Minima à réaliser pour une sélection directe au CFE 2023 :

**Lettre FFGym 2022-2023**

MINIMA - Catégories d'âges	Catégorie Sénior			
	19 ans	20 ans	21 ans +	
Années d'âges - Saison 2022-2023	2004	2003	2002	
Séniors	Code FIG	75 Pts	76 Pts	77 Pts
	ND	27 Pts	28 Pts	29 Pts

Certificat médical Elite est obligatoire ( Il est délivré annuellement avec une validité ne pouvant excéder la saison sportive)

Il doit être envoyé par email au siège fédéral (certificatmedicalelite@ffgym.fr)