

					
Echauffement articulaire 20 min avant le début de la rotation puis 6 min par agrès					
9h00 à 10h45	D4 BM PORT-DE-BOUC	D4 BM VELAUX GYM	D4 TC VERGEZE 2	D4 TC S.C.O 2 + 2 IND	INDIV D4 AIL NIMES OCC
11H05 à 13H00	D4 TC S.C.O 1 + 1 IND	D4 TC VERGEZE 1	D4 TC VELAUX GYM	D4 TC ST AMBROIX	D4 MC PORT-DE-BOUC + I IND
PALMARES vers 13H00					
14h20 à 15h40	D3 BM E.G NIMES	D3 BM VERGEZE	D3 TC VELAUX GYM 2	D3 TC O.C.C	
16h00 à 17h30	D3 TC VELAUX GYM 1 + 1 IND	FED VERGEZE + 1 IND SCO	FED E.G NIMES + 1 IND	INDIV D3 AIL – BERRE - PORT DE BOUC	
PALMARES vers 17H30					

La date limite pour les forfaits est fixée au **26 janvier 2025** après cette date les engagements seront dus et le juge devra être fourni (sauf cas exceptionnel sur présentation de certificat médical). En cas de forfait pour les équipes, prière de prévenir rapidement Sandra : gym@13.fsgt.org ou 06 17 99 47 91