



Challenge Freestyle 2022

Fédération Française
Gym
Comité
Départemental
Drôme / Ardèche

Planning prévisionnel SAMEDI 19 MARS - ROMANS SUR ISERE

Pour les nouvelles inscriptions le jours même, merci de vous adresser aux organisateurs situés au niveau de la table des juges.

SPEED-RUN (parcours modules)

FREESTYLE (praticable)

8h30	ACCUEIL DES PRATIQUANTS ET DU PUBLIC	
9h	ECHAUFFEMENT GENERAL Découverte des parkour speed-run	ECHAUFFEMENT GENERAL Pratique libre
9h30	VAGUE 1 : - 20' d'échauffement sur le parcours - Passages Chronométrés	Défi Parkour
10h		Session libre & Workshop
10h30	VAGUE 2 : - 20' d'échauffement sur le parcours - Passages Chronométrés	Défi Parkour
11h		Session libre & Workshop
11h30	VAGUE 3 : - 20' d'échauffement sur le parcours - Passages Chronométrés	Défi Parkour
12h		SHOW FREESTYLE
12h30	PALMARES	

Inscriptions en ligne : <https://forms.gle/1oXzbXNC3EVJZwpD8>

Contact : Jofrey NAUDY
jofrey.naudy@gmail.com
 06.36.91.37.49