

CHAMPIONNAT RÉGIONAL GAC



28 MARS 2026
GAP

Fédéral A et B
National B TC

Gymnase COSEC
9h00 - 17h00

Entrée 4€
Gratuit -10 ans
et licenciés FFGym

Gaëlle Glaser - Arts et Infographie



COMITÉ RÉGIONAL
PROVENCE
ALPES-CÔTE D'AZUR



LE MOT DU PRESIDENT



Je suis très honoré de vous recevoir une nouvelle fois, entouré des membres du COL, de nos entraîneurs et de tous nos partenaires institutionnels pour ce Championnat Régional Sud dans l'antre sportive municipale du gymnase « Le C.O.S.E.C. » à Gap ce samedi 28 mars 2026.

Comme en 2008, 2012, 2015, 2023, lors des demi-finales Sud TSA, ou encore en 2013, lors du Championnat de France et l'Open de Gymnastique Aérobie la Gymnastique Sportive de Gap aura l'opportunité de mieux faire connaître au public la discipline : la Gymnastique Acrobatique.

Coutumier de l'organisation de cette manifestation depuis de nombreuses années et ayant la confiance du Comité Régional, nous cherchons sans cesse à nous améliorer pour agrémenter votre passage à Gap.

Les gymnastes se devront d'assurer une prestation exigeante voire magique pour défendre les couleurs de leurs Clubs respectifs sous l'œil averti de juges impartiaux.

J'adresse, en y associant les bénévoles, dirigeants et entraîneurs de la Gymnastique Sportive de Gap, mes plus sincères remerciements aux représentants des Instances Régionales et Bi-Départementales de la Gymnastique, ici présents, qui nous soutiennent dans l'organisation de ce Championnat régional de haute tenue dans la Capitale des Hautes-Alpes, ainsi qu'à Mr Le Maire de la Ville de Gap et son équipe municipale, tous nos partenaires institutionnels et financiers présents sur cette manifestation pour leur soutien renouvelé et vous, les Présidents des Clubs présents sur ce plateau.

Nous vous souhaitons de réaliser une très belle compétition dans un esprit sportif, de respect, de solidarité et d'être des ambassadeurs de la Gymnastique dans cette discipline très exigeante.

Bonne chance à toutes et tous... Bonne journée à Gap.

Gymnastique Sportive de Gap – Gymnase le C.O.S.E.C., avenue de Traunstein
05000 Gap – www.gsgap.club – gsgap05@gmail.com – 06.88.21.38.29

INFORMATION GENERALE SUR LA COMPETITION

LIEU : Gymnase le C.O.S.E.C
Avenue de Traunstein 05000 GAP
Entre le Stade Nautique de Gap et le Collège de Fontreyne (collège sud)

LE GYMNASSE



Vous allez être accueilli dans notre salle d'entraînement, merci de respecter les lieux (salle de compétition, vestiaires, WC, couloirs, etc ...). Le club de la GS Gap décline toute responsabilité en cas de vol. Ne laissez aucun objet de valeur dans les vestiaires et dans vos véhicules. Un grand parking est à votre disposition devant le gymnase et un grand parc à 2mn à pied rendra votre attente plus agréable avec des jeux à partir de 18 mois (s'il fait beau, bien sûr !)

Merci d'avance pour votre compréhension.

COMMENT VENIR AU GYMNASE :

Du Sud de la région P.A.C.A. : Autoroute A51 direction Sisteron, Briançon, Manosque. Sortie d'autoroute à « La Saulce » (la dernière), prendre direction Gap (à droite au rond-point), puis toujours tout droit sur 10km environ (Aérodrome Gap-Tallard sur votre droite).

Arrivée à Gap, prendre la seconde sortie du rond-point après les trois feux tricolores (vous passez à côté du le stade nautique à ce moment-là ☺). Le gymnase est sur votre droite après les terrains de tennis.

WELCOME !!!

PERMANENCE :

La salle sera ouverte 00h30 avant le début de la première rotation (08h30 si pas de changement dans l'organisation de la compétition).

Pour nous joindre :

- Téléphone : à partir de 17h30 jusqu'à 20h30
➤ 06.88.21.38.29
- Email : A toutes heures du jour et de la nuit !!
➤ gsgap05@gmail.com

ECHAUFFEMENT :

L'échauffement articulaire se déroulera sur un parquet d'aérobic recouvert de tapis gymnique. Il se situe sur la mezzanine surplombant l'espace public et de compétition !

Merci de ne pas toucher à la baie vitrée et de limiter les pyramides dynamiques.

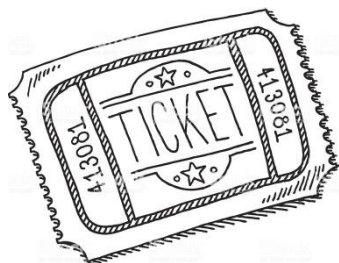
Un temps d'échauffement plus long sur le praticable est accordé aux filières Nationale B et Fédérale A.

Merci de respecter vos horaires d'échauffement afin de ne pas surcharger cet espace qui est restreint.

FICHES :

Merci de présenter toutes vos licences quand vous arrivez dans l'espace échauffement et de remettre directement vos fiches de compétition à la responsable des juges dès votre arrivée.

DROITS D'ENTREE :



<> **GRATUIT** : pour les licenciés FFGym (sur présentation de la licence) et les enfants de moins de 10 ans.

<> **4€** : pour le reste du public.

RAPPEL : la salle d'échauffement et le plateau de compétition ne sont accessible qu'aux entraîneurs, juges, compétiteurs et membres du C.O.L. Pas de parents dans les couloirs quel que soit la raison (sauf raison médicale avec justificatif médical).

PHOTOGRAPHE :



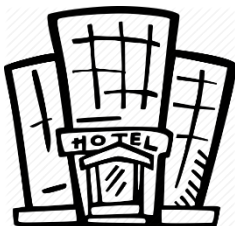
Vous pouvez filmer, photographier à volonté vos enfants **MAIS** il est interdit d'utiliser le flash de vos appareils lors des manifestations.

RESTAURATION :



Une buvette sera à votre disposition tout au long de la compétition et proposera un service de restauration rapide chaud ou froid, sucré et salé.

HOTELLERIE :



Google est ton ami !!