

OPEN PARKOUR

SAMEDI 8 MARS 2025

SPEEDRUN - BATTLES - JAM

Informations et inscriptions en ligne :



Hall des sports
9 rue Jean Macé
26800 Portes-Lès-Valence

Contact : j.naudy@auvergne-rhone-alpes-ffgym.fr

SAMEDI 8 MARS 2025

ORGANIGRAMME PRÉVISIONNEL

PARKOUR PARC

PRATICABLE

Ouverture de l'espace de compétition - 8:30

PKS - 7-9 ans ; 10-11 ans ; 12-14 ans - 9:30

Vague 1 : 9:30 - 10:10
Echauffement + passages

Catégories : 7-9 ans
10-11 ans

Vague 2 : 10:10 - 10:50
Echauffement + passages

Catégorie : 12-14 ans

Vague 3 : 10:50 - 11:30
Echauffement + passages

Catégorie : 12-14 ans

PKF - 11:30
Echauffement + démonstrations

JAM - Session Libre
8:30 - 11:45

Palmarès - 11h45

Pause - JAM & Session libre 12:00 - 13:00

PKS - 15-17 ans ; 18 ans et plus - 13:20

Vague 1 : 13:20 - 14:00
Echauffement + passages

Catégories : 15-17 ans
18 ans et plus

Vague 2 : 14:00 - 14:40
Echauffement + passages

Catégorie : 18 ans et plus

PKF - 14:40
Echauffement + démonstrations

JAM - Session Libre
13:00 - 14:40

Echauffement et Sélections pour les Battles
14:40 - 15:20

JAM - Session libre 15:20 - 15:50

Fermeture du parkour parc : 15:50

BATTLES : 15:20

Palmarès : 16h20

