



## Uurrooster/Horaire

### Gymnastics

Avenue du Pont de Warche 11A – 4960 Malmedy



Date Datum	Début Start	Fin Einde	Épreuve Proef	Homme/Femme Man/Vrouw
14/05/2026	08:45	09:45	Echauffement – Opwarming	M/H – V/F
	09:50	09:55	Échauffement collectif en musique Gezamenlijke opwarming op muziek	
	10:00	12:15	Compétitions AG – Wedstrijden AG Compétitions RG – Wedstrijden RG	M/H – V/F
	13:30	14:30	Compétitions AG – Wedstrijden AG	M/H – V/F
	14:30	16:00	Médailles – Medailles	
15/05/2026	09:50	09:55	Échauffement collectif en musique Gezamenlijke opwarming op muziek	M/H – V/F
	10:00	12:15	Compétitions AG – Wedstrijden AG	M/H – V/F
	10:00	11:30	Compétitions RG – Wedstrijden RG	
	13:00	14:30	Médailles – Medailles	

### Points d'attention

- 1 heure d'échauffement le jeudi matin, uniquement un échauffement "touch" au début de chaque rotation.
- Gymnastique artistique : compétition du jeudi au vendredi.
- Gymnastique rythmique : compétition du jeudi au vendredi.
- Chaque jour se termine avec des remises de médailles des épreuves conclues

### Aandachtspunten

- 1 uur opwarming op donderdagochtend, verder geen toestelopwarming mogelijk, enkel nog touch warming up bij aanvang van elke rotatie
- Artistieke gymnastiek : competitie van donderdag tot vrijdag
- Ritmische gymnastiek : competitie van donderdag tot vrijdag
- Iedere dag wordt afgesloten met de medaille uitreiking van de afgewerkte proeven