

# JE PARS EN COMPETITION

ATTENTION

JE RESPECTE BIEN L'HEURE DE CONVOCATION

## JE N'OUBLIE PAS :

- MA TENUE D'ECHAUFFEMENT (tee shirt, collant, short, chaussettes)
- MA VESTE ET MON TEE SHIRT DU CLUB
- MON JUSTAUCORPS PREALABLEMENT LAVE **A LA MAIN ET A L'EAU FROIDE**
- MES DEMI-POINTES
- MON MAQUILLAGE
- MA BOUTEILLE D'EAU
- MON NECESSAIRE A CHIGNON : PINCES, BARRETTES, FILET, LAQUE, GEL, PEIGNE, BROSE
- LES ENGINES SI J'EN SUIS RESPONSABLE

Pour le maquillage d'ensemble, il est souhaitable qu'une ou plusieurs maman(s) de chaque équipe maquille(nt) les gymnastes afin d'avoir un maquillage homogène. **Maquillage léger.**

Pour le chignon, soit votre enfant arrive avec une queue de cheval et le chignon sera fait sur place, **PENSEZ BIEN A TOUT LE NECESSAIRE**, soit vous faites le chignon avant de partir.

Pour le justaucorps, pensez à le laver après chaque compétition. Le laver à la main, à l'eau froide sans l'essorer et le faire sécher sur un cintre, éviter l'exposition en plein soleil.