

<b>VENDREDI - 13 DÉCEMBRE 2024</b>						
<b>SESSION 1</b>						
<b>PLATEAU A</b>		<b>ARRIVÉE</b>	<b>ÉCHAU GÉNÉRAL</b>	<b>COMPÉTITION</b>	<b>REMISE</b>	
<b>N10 15+ (33)</b>	<b>SR (3)</b>	16:45	17:00 - 17:20	17:25 - 21:15	<b>21:30</b>	
	<b>Nat. Ouvert (1)</b>		20 minutes	44 min/rot.		
<b>PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition</b>						
<b>SAUT</b>	Laval Excellence (3)	Gymimni (2)	Dynamix (1)	Gym TRM (1)		
<b>BARRES</b>	Qc Perfo (6)	Sher-Gym (1)	Sher-Gym (1)			
<b>BY/REPOS</b>	Gym-Plus (3)	Gym-Richelieu (2)	Gym-Richelieu (1)	Halifax Alta (1)		
<b>POUTRE</b>	Wimgym (3)	Gymnamic (2)	Unigym (1)	Unigym (1)	Zénith (1)	
<b>SOL</b>	Équilibrix (2)	Gymnix (2)	Gym Saguenay (2)	Gymnacentre (1)		

<b>SAMEDI - 14 DÉCEMBRE 2024</b>						
<b>SESSION 2</b>						
<b>PLATEAU A</b>		<b>ARRIVÉE</b>	<b>ÉCHAU GÉNÉRAL</b>	<b>COMPÉTITION</b>	<b>REMISE</b>	
<b>N8 11-12 (14)</b>	<b>Jeunesse Av. (4)</b>	8:45	9:00 - 9:20	9:25 - 12:30	<b>12:45</b>	
	<b>Jeunesse Intro (11)</b>		20 minutes	44 min/rot.		
<b>PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition</b>						
<b>SAUT</b>	Laval Excellence (3)	Laval Excellence (2)	Laval Excellence (2)			
<b>BARRES</b>	Gymnix (4)	Wimgym (2)	Viagym (1)			
<b>POUTRE</b>	Qc Perfo (2)	Qc Perfo (2)	Hirondelles (1)	Gymnika (1)	Mégagym (1)	
<b>SOL</b>	Gym-Richelieu (3)	Gym-Fly (2)	Envol de Lévis (1)	Gymnamic (1)	Équilibrix (1)	

**PAUSE DES OFFICIELS - 12H30 À 13H30**

<b>SAMEDI - 14 DÉCEMBRE 2024</b>						
<b>SESSION 3</b>						
<b>PLATEAU A</b>		<b>ARRIVÉE</b>	<b>ÉCHAU GÉNÉRAL</b>	<b>COMPÉTITION</b>	<b>REMISE</b>	
<b>N9 11-14 (23)</b>	<b>N10 12-15 (5)</b>	12:45	13:05 - 13:25	13:30 - 16:15	<b>16:30</b>	
			20 minutes	39 min/rot.		
<b>PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition</b>						
<b>SAUT</b>	Gym-Richelieu (3)	Gym-Richelieu (1)	Gymini (1)	Zénith (1)	Gymnacentre (1)	
<b>BARRES</b>	Wimgym (2)	Dynamix (2)	Viagym (1)	Unigym (1)	Gymnamic (1)	
<b>POUTRE</b>	Laval Excellence (2)	Laval Excellence (1)	Réflexes (1)	Gadbois (1)	Gadbois (1)	Bois-Francis (1)
<b>SOL</b>	Qc Perfo (4)	Mégagym (1)	Imagym (1)	Gymnix (1)		

SAMEDI - 14 DÉCEMBRE 2024					
SESSION 4					
	PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	REMISE
Groupe ROSE	N9 15+ (24)		16:00	16:30 - 16:50	20:15
Groupe NOIR	N9 15+ (24)		16:30	16:50 - 17:10	20:45
ÉCHAU DIRIGÉ			COMPÉTITION - BUMP UP		
	Saut et Poutre	Barres	Sol	ROSE : 21 min. / rot. NOIR : 21 min. / rot.	
Echau Rot.1	12 min	15 min	10 min		
Échau Rot.1	12 min	15 min	-	Compé Rot. 1	17:15 - 17:38
Échau Rot.2	12 min	15 min	-	Compé Rot. 1	17:39 - 18:02
Échau Rot.2	12 min	15 min	-	Compé Rot. 2	18:03 - 18:26
Échau Rot.3	12 min	15 min	-	Compé Rot. 2	18:27 - 18:50
Échau Rot.3	12 min	15 min	-	Compé Rot. 3	18:51 - 19:14
Échau Rot.4	12 min	15 min	-	Compé Rot. 3	19:15 - 19:38
Échau Rot.4	12 min	15 min	-	Compé Rot. 4	19:39 - 20:02
	2 min / athlète	2,5 min / athlète		Compé Rot. 4	20:03 - 20:26

N7 13-14 A				N7 15+ A		
Zénith (3)	Unigym (2)	Gym TRM (1)	<b>SAUT</b>	Gymnika (2)	Gymnaska-Vol (2)	Équilibrix (2)
Dynamix (3)	Laval Excellence (2)	Mégagym (1)	<b>BARRES</b>	Gymnix (5)	Gymini (1)	
Gym-Richelieu (3)	Gymnitours (1)	Réflexes (1)+Sher-G.(1)	<b>POUTRE</b>	Gym-Plus (3)	Qc Perfo (3)	
Wimgym (3)	Imagym (2)	Hopla (1)	<b>SOL</b>	Gym-Fly (2)	Bois-F. (1) + Campi.(1)	Gymnacentre (2)

<b>DIMANCHE - 15 DÉCEMBRE 2024</b>					
<b>SESSION 5</b>					
	<b>PLATEAU A</b>		<b>ARRIVÉE</b>	<b>ÉCHAU GÉNÉRAL</b>	<b>REMISE</b>
<b>Groupe ROSE</b>	<b>N8 13-14 (34)</b>		<b>7:15</b>	7:30 - 7:45	<b>12:05</b>
<b>Groupe NOIR</b>	<b>N8 15+ A (32)</b>		7:30	7:50 - 8:05	<b>12:35</b>
<b>ÉCHAU DIRIGÉ</b>			<b>COMPÉTITION - BUMP UP</b>		
	<b>Saut et Poutre</b>	<b>Barres</b>	<b>Sol</b>	<b>ROSE : 32 min. / rot. NOIR : 28 min. / rot.</b>	
<b>Echau Rot.1</b>	<b>16 min</b>	<b>20 min</b>	<b>10 min</b>		
<b>Échau Rot.1</b>	<b>18 min</b>	<b>22,5 min</b>	-	<b>Compé Rot. 1</b>	<b>8:10 - 8:42</b>
<b>Échau Rot.2</b>	<b>16 min</b>	<b>20 min</b>	-	<b>Compé Rot. 1</b>	<b>8:43 - 9:11</b>
<b>Échau Rot.2</b>	<b>18 min</b>	<b>22,5 min</b>	-	<b>Compé Rot. 2</b>	<b>9:12 - 9:44</b>
<b>Échau Rot.3</b>	<b>16 min</b>	<b>20 min</b>	-	<b>Compé Rot. 2</b>	<b>9:45 - 10:13</b>
<b>Échau Rot.3</b>	<b>18 min</b>	<b>22,5 min</b>	-	<b>Compé Rot. 3</b>	<b>10:14 - 10:46</b>
<b>Échau Rot.4</b>	<b>16 min</b>	<b>20 min</b>	-	<b>Compé Rot. 3</b>	<b>10:47 - 11:15</b>
<b>Échau Rot.4</b>	<b>18 min</b>	<b>22,5 min</b>	-	<b>Compé Rot. 4</b>	<b>11:16 - 11:48</b>
	<i>2 min / athlète</i>	<i>2,5 min / athlète</i>		<b>Compé Rot. 4</b>	<b>11:49 - 12:17</b>

<b>N8 13-14</b>				<b>N8 15+ A</b>		
<b>Gymnamic (4)</b>	<b>Gymnaska-Vol (2)</b>	<b>Gym-Fly (2)</b>	<b>SAUT</b>	Réflexes (5)	Ionyx (3)	
<b>Gymnika (1) + Envol (1)</b>	<b>GymTRM(3)+Jeune A(1)</b>	<b>Gym-Rich(1)+Viagym(1)</b>	<b>BARRES</b>	Unigym (4)+Baie-C.(1)	Mégagym (2)	Gymkara (1)
<b>Gymnix(2)+Gadbois(1)</b>	<b>Gym-Plus (2)+Zénith (1)</b>	<b>Qc Perfo (3)</b>	<b>POUTRE</b>	Voltige (4)	Sher-Gym(1)+Barany(1)	Gym Exp(1)+Asymét.(1)
<b>Hirondelles (4)</b>	<b>Laval Excellence (4)</b>	<b>Gymini (1)</b>	<b>SOL</b>	Gym Saguenay (3)	Wimgym (3)	Bois-Francis (2)

8 8  
8 8  
9 8  
9 8  
34 32

DIMANCHE - 15 DÉCEMBRE 2024					
SESSION 6					
	PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	REMISE
Groupe ROSE	N8 15+ B (32)		12:20	12:35 - 12:50	17:00
Groupe NOIR	N8 15+ C (32)		12:40	12:55 - 13:10	17:30
ÉCHAU DIRIGÉ			COMPÉTITION - BUMP UP		
	Saut et Poutre	Barres	Sol	ROSE : 28 min. / rot. NOIR : 28 min. / rot.	
Échau Rot.1	16 min	20 min	10 min		
Échau Rot.1	16 min	20 min	-	Compé Rot. 1	13:15 - 13:43
Échau Rot.2	16 min	20 min	-	Compé Rot. 1	13:44 - 14:12
Échau Rot.2	16 min	20 min	-	Compé Rot. 2	14:13 - 14:41
Échau Rot.3	16 min	20 min	-	Compé Rot. 2	14:42 - 15:10
Échau Rot.3	16 min	20 min	-	Compé Rot. 3	15:11 - 15:39
Échau Rot.4	16 min	20 min	-	Compé Rot. 3	15:40 - 16:08
Échau Rot.4	16 min	20 min	-	Compé Rot. 4	16:09 - 16:37
	2 min / athlète	2,5 min / athlète		Compé Rot. 4	16:38 - 17:08

N8 15+ B				N8 15+ C		
Gymnamic (2)	Gymnaska-Vol (2)	Gym-Fly (3)+ Excel G(1)	SAUT	Qc Perfo (6)	Hopla (2)	
Gymnika(1)+Flipgym(1)	Gymini (3)	Gymnix (3)	BARRES	Viagym (3)	Gym TRM (5)	
Gym-Plus (4)	Gym-Richelieu (3)	Envol de Lévis (1)	POUTRE	Zénith (1)	Imagym (4)	Campiagile (3)
Gym TRM (4)	Laval Excellence (3)	Gadbois (1)	SOL	Hirondelles (4)	Dynamix (4)	

GYM TRM - N8 15+ B		GYM TRM - N8 15+ C	
Grenier	Eveline	Lemieux-Davidson	Charlie
Joyal	Alexa	Nolasco-Gaudreault	Mia
Tomlinson	Megan	Pratte	Victoria
Primard	Kallyann	Leblanc	Félia
		Dontigny	Alexia