

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

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

PAUSE DES OFFICIELS - 12H30 À 13H30

SAMEDI - 14 DÉCEMBRE 2024						
SESSION 3						
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE	
N9 11-14 (23)	N10 12-15 (5)	12:45	13:05 - 13:25	13:30 - 16:15	16:30	
			20 minutes	39 min/rot.		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition						
SAUT	Gym-Richelieu (3)	Gym-Richelieu (1)	Gymini (1)	Zénith (1)	Gymnacentre (1)	
BARRES	Wimgym (2)	Dynamix (2)	Viagym (1)	Unigym (1)	Gymnamic (1)	
POUTRE	Laval Excellence (2)	Laval Excellence (1)	Réflexes (1)	Gadbois (1)	Gadbois (1)	Bois-Francis (1)
SOL	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
	<i>2 min / athlète</i>	<i>2,5 min / athlète</i>		Compé Rot. 4	20:03 - 20:26

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

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

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