



# CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF

## Mégagym - 11 au 13 avril 2025



Version 1

VENDREDI - 11 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 1					
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N9 11-14 (20)	N7 11-12 (28)	8:10	8:30 - 8:50 <i>20 min</i>	8:55 - 12:00 <i>45 min / rot.</i>	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
<b>SAUT</b>	Gymnacentre (1)	Gymnamic (1)	Bois-Francis (1)	Gadbois (1)	Viagym (1)
<b>BARRES</b>	Dynamix (2)	Imagym (1)	Gym-Richelieu (2)		
<b>POUTRE</b>	Wimgym (2)	Zénith (1)	Gymnix (1)	<i>haura</i>	
<b>SOL</b>	Qc Perfo (2)	Laval Excellence (2)	Unigym (1)		
PLATEAU B - Échauffement et Compétition sur plateau B					
<b>SAUT</b>	Gymnigan (1)	Gymnamic (6)		Dynamix (1)	Excel Gym (2)
<b>BARRES</b>	Campiagile (2)	Gym Saguenay (1)	Imagym (1)	<i>Rosanne</i>	
<b>POUTRE</b>	Gymnix (3)	Helios (1)	SherGym (1)	Zénith (1)	Ionix (1)
<b>SOL</b>	Qc Perfo (4)	Envol de Lévis (2)	Laval Excellence (1)		

**PAUSE DES OFFICIELS - 12H00 À 13H00**

VENDREDI - 11 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 2					
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N10 16+ (25)	Jeun.Av.(3)+Nat.Ouv.(4) Nov.(8) + JR(3) + SR(4) N10 12-15 (7)	12:15	12:35 - 12:55 <i>20 min</i>	13:00 - 16:30 <i>52 min / rot.</i>	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
<b>SAUT</b>	Qc Perfo (4)	Gymini (1)	Gymnamic (1)		
<b>BARRES</b>	Laval Excellence (1)	Gym-Richelieu (1)	Wimgym (3)		
<b>POUTRE</b>	Gym-Plus (2)	Gadbois (1)	Gymnix (2)	Gymnacentre (1)	
<b>SOL</b>	SherGym (1)	Dynamix (1)	Équilibrix (1)	Gym Saguenay (2)	Zénith (1)
PLATEAU B - Échauffement et Compétition sur plateau B					
<b>SAUT</b>	Qc Perfo (1)	Qc Perfo (3)	Qc Perfo (2)	Gymini (1)	
<b>BARRES</b>	Laval Excellence (1)	Gym-Richelieu (1)	Laval Excellence (2)	Wimgym (2)	
<b>POUTRE</b>	Gym-Plus (1)	Gadbois (1)	Gym-Plus (1)	Gymnix (1)	Wimgym (4)
<b>SOL</b>	Réflexes (2)	SherGym (1)	Unigym (1+1)	Équilibrix(1) + Dynamix(1)	Gym TRM (1)

**PAUSE DES OFFICIELS - 16H30 À 17H30**



# CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF

## Mégagym - 11 au 13 avril 2025



Version 1

SAMEDI - 12 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 5					
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL		COMPÉ - CAPITAL CUP
Jeunesse Intro (14) N10 12-15 (7)	N8 15+ B (24)	11:25	11:40 - 12:00 <i>Plateau A = 20 min</i>	11:45 - 12:00 <i>Plateau B = 15 min</i>	12:05 - 15:05 <i>44 min / rot.</i>
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
SAUT	Équilibrix (1)	Gym-Plus (2)	Gym-Plus (1)	Gadbois (1)	
BARRES	Gym Saguenay (1)	Viagym (1)	Réflexes (2)	SherGym (1)	
POUTRE	Gymnix (4)	Wimgym (2)			
SOL	Gymnamic (1)	Laval Excellence (2)	Laval Excellence (1)	Gym-Richelieu (1)	
PLATEAU B - Échauffement et Compétition sur plateau B					
SAUT	Gym-Plus (4)	Imagym (2)	<i>Amélie, Daphnée</i>		
BARRES	Gym Saguenay (2)	SherGym (1)	Réflexes (1)	Dynamix (1)	
POUTRE	Wimgym (3)	Zénith (1)	Gym-TRM (2)		
SOL	Ionyx (2)	Campiagile (3)	Gym-Richelieu (1)		

SAMEDI - 12 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 6					
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL		COMPÉTITION - CAPITAL CUP
N7 13-14 A (24)	N7 15+ A (28)	14:55	15:15 - 15:30 <i>15 min</i>	15:35 - 17:55 <i>35 min / rot.</i>	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
SAUT	Voltige (1)	Mégagym (1)	Jeune Aire (2)	Hopla (1)	Bois-Francs (1)
BARRES	Équilibrix (2)	Ionyx (1)	Excel Gym (3)		
POUTRE	Gym-Plus (2)	Gymnamic (1)	Gadbois (2)	Gymslic (1)	
SOL	Zénith (2)	Hirondelles (1)	Arabesque (2)	Gymnika (1)	
PLATEAU B - Échauffement et Compétition sur plateau B					
SAUT	Rikigym (3)	Jeune Aire (2)	Hopla (2)		
BARRES	Laval Excellence (2)	Drummond Gym (1)	Ionyx (3)	Excel Gym (1)	
POUTRE	Gymini (2)	Gym-Plus (2)	Gymnamic (3)		
SOL	Zénith (1)	Hirondelles (3)	Gymnika (1)	Gymnacentre (1)	Réflexes (1)

**PAUSE DES OFFICIELS - 17H55 À 18H55**



# CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF

## Mégagym - 11 au 13 avril 2025



Version 1

SAMEDI - 12 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 7					
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N7 13-14 B (24)	N7 15+ B (28)	18:15	18:35 - 18:50	18:55 - 21:20	
			15 min	35 min / rot.	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
SAUT	Unigym (3)	Dymagym (2)	Viagym (1)		
BARRES	Qc Perfo (2)	Dynamix (3)	Campiagile (1)		
POUTRE	Imagym (5)	Envol de Lévis (1)			
SOL	Wimgym (3)	Gym-Richelieu (3)	Anna, Lucie, Camille, Emma, Anna-Eve		
PLATEAU B - Échauffement et Compétition sur plateau B					
SAUT	Unigym (4)	Dymagym (2)	Gym Saguenay (1)		
BARRES	Qc Perfo (6)	Barany (1)	Naomie, Agathe		
POUTRE	Imagym (2)	Envol de Lévis (1)	Gymnigan (1)	Bois-Francis (2)	Magny-Gym (1)
SOL	Wimgym (3)	Gym-Richelieu (4)			

DIMANCHE - 13 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 8					
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N9 15+ (32)		7:45	8:00 - 8:20	8:25 - 11:55	
			20 min	52 min / rot.	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
SAUT	Gymnaska-Vol (2)	Qc Perfo (2)	Gymnika (1)	Dynamix (2)	Gym-Fly (1)
BARRES	Laval Excellence (1)	Gym TRM(1)+Gymini(1)	Bois-Francis (1)	Gymnix (3)	Gymnitours (1)
POUTRE	Mégagym (1)	Gym-Plus (4)	Wimgym (3)		
SOL	Hopla (1)	Gym-Richelieu (3)	Zénith (3)	Unigym (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 11H55 À 12H40

DIMANCHE - 13 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 9					
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N10 16+ (23)		12:00	12:15 - 12:35	12:40 - 15:10	
			20 min	36 min / rot.	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
SAUT	Gym-Plus (2)	Gadbois (1)	Gymnix (2)	Gymnacentre (1)	
BARRES	SherGym (1)	Dynamix (1)	Équilibrix (1)	Gym Saguenay (2)	Zénith (1)
POUTRE	Qc Perfo (4)	Gymini (1)	Gymnamic (1)		
SOL	Laval Excellence (1)	Gym-Richelieu (1)	Wimgym (3)		



**CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF**  
**Mégagym - 11 au 13 avril 2025**



Version 1

DIMANCHE - 13 AVRIL 2025					
GAF - SESSION 10					
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	
N9 11-14 (19)		15:00	15:15 - 15:35	15:40 - 17:45	
			<i>20 min</i>	<i>30 min / rot.</i>	
PLATEAU A - Échauffement et Compétition sur plateau A					
<b>SAUT</b>	Wingym (2)	Zénith (1)	Gymnix (1)		
<b>BARRES</b>	Qc Perfo (2)	Laval Excellence (2)	Unigym (1)		
<b>POUTRE</b>	Gymnacentre (1)	Gymnamic (1)	Bois-Francis (1)	Gadbois (1)	Viagym (1)
<b>SOL</b>	Dynamix (2)	Imagym (1)	Gym-Richelieu (2)		

↳ haura

4  
5  
5  
5  
19