

FRJQ GAM - RIVE-SUD
IMAGYM - 14 novembre 2025

**Format de compétition : capital cup*

Complexe Sportif Vivacité (275, av. du Parc, St-Jean-sur-le-Richelieu)

VENDREDI, 14 novembre 2025

Session 1

Catégories FRJQ		Arrivée	Échauffement général	Marche d'entrée	Compétition	Remises protocolaires
Volet Provincial (11)		16h45	17h - 17h20 10 minutes	17h25 - 17h30	17h35 - 20h05 25 min par rotation	20h20
Volet National (3)						
Échauffement sur plateau de compétition						
	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5	Rotation 6
Sol	Dynamix (6)					Imagym (8)
Arçons	Imagym (8)	Dynamix (6)				
Anneaux		Imagym (8)	Dynamix (6)			
Saut			Imagym (8)	Dynamix (6)		
Parallèles				Imagym (8)	Dynamix (6)	
Fixe					Imagym (8)	Dynamix (6)