

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

**SESSION 1**

| PLATEAU A      | PLATEAU B       | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL             | ÉCHAU DIRIGÉ                  | COMPÉTITION                    | REMISE       |
|----------------|-----------------|---------|---------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------|
| N4 9-10 A (23) | N4 11-12 A (21) | 7:15    | 7:30 - 7:45<br>15 minutes | 7:45 - 8:35<br>11 min. / rot. | 8:40 - 10:05<br>18 min. / rot. | <b>10:20</b> |

**PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                    |                   |             |  |  |  |
|---------------|--------------------|-------------------|-------------|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Dymagym (1)        | Dynamix (4)       | Gym TRM (1) |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Gymnigan (4)       | Gymnamic (2)      |             |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Envol de Lévis (6) |                   |             |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Imagym (4)         | Gym-Richelieu (1) |             |  |  |  |

**PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |              |              |  |  |  |  |
|---------------|--------------|--------------|--|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Dymagym (5)  |              |  |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Gymnigan (3) | Gymnamic (2) |  |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Qc Perfo (5) |              |  |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Imagym (6)   |              |  |  |  |  |

| ENVOI DE LÉVIS - SOL A |        | DYNAMIX - SAUT A |          | QC PERFO - POUTRE B |           |
|------------------------|--------|------------------|----------|---------------------|-----------|
| Thibault               | Romane | Bertin           | Juliette | Brisson             | Alice     |
| Tremblay               | Clara  | Bricault         | Alexanne | Doyon               | Nélia     |
| Lessard                | Livia  | Cournoyer        | Kimberly | Delisle             | Miléna    |
| Ruel                   | Louisa | Fortier          | Rosalie  | Roussel             | Charlotte |
| Audet                  | Malya  |                  |          | Lepage              | Camille   |
| Raolina                | Sahia  |                  |          |                     |           |

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

**SESSION 2**

| PLATEAU A      | PLATEAU B       | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL             | ÉCHAU DIRIGÉ                   | COMPÉTITION                     | REMISE       |
|----------------|-----------------|---------|---------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------|
| N4 9-10 B (21) | N4 11-12 B (20) | 8:40    | 9:00 - 9:15<br>15 minutes | 9:15 - 10:05<br>11 min. / rot. | 10:10 - 11:35<br>18 min. / rot. | <b>11:50</b> |

**PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                    |                  |                  |  |  |  |
|---------------|--------------------|------------------|------------------|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Envol de Lévis (4) | Shergym (1)      |                  |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Ionix (3)          | Qc Perfo (3)     |                  |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Gym-As (1)         | Dynamix (3)      | Drummond Gym (1) |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Équilibrix (3)     | Gym Saguenay (2) |                  |  |  |  |

**PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                  |                  |  |  |  |  |
|---------------|------------------|------------------|--|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Bois-Francis (6) |                  |  |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Qc Perfo (4)     |                  |  |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Gym-As (2)       | Drummond Gym (2) |  |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Gym Saguenay (6) |                  |  |  |  |  |

| ENVOI DE LÉVIS - SAUT A |             | DYNAMIX - BARRES A |           |
|-------------------------|-------------|--------------------|-----------|
| Mercier                 | Ellie       | Garcia Franco      | Malena    |
| Gaudreault              | Lilya       | Hugron             | Laurianne |
| Genest                  | Allycia-Kim | Tétreault          | Amelie    |
| Lemay                   | Léanne      |                    |           |

**PAUSE DES OFFICIELS - 11H35 À 12H35**

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

SESSION 3

| PLATEAU A       | PLATEAU B       | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL               | ÉCHAU DIRIGÉ                    | COMPÉTITION                     | REMISE       |
|-----------------|-----------------|---------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------|
| N6 11-12 A (21) | N4 11-12 C (19) | 10:55   | 11:15 - 11:30<br>15 minutes | 11:30 - 12:30<br>14 min. / rot. | 12:35 - 14:10<br>21 min. / rot. | <b>14:25</b> |

PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                    |              |             |  |  |  |
|--------|--------------------|--------------|-------------|--|--|--|
| SAUT   | Qc Perfo (2)       | Ionyx (2)    | Dymagym (2) |  |  |  |
| BARRES | Envol de Lévis (5) |              |             |  |  |  |
| POUTRE | Gym-Richelieu (5)  |              |             |  |  |  |
| SOL    | Shergym (3)        | Réflexes (2) |             |  |  |  |

PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                    |              |  |  |  |  |
|--------|--------------------|--------------|--|--|--|--|
| SAUT   | Ionyx (4)          | Helios (1)   |  |  |  |  |
| BARRES | Envol de Lévis (5) |              |  |  |  |  |
| POUTRE | Gym-Richelieu (2)  | Gym TRM (2)  |  |  |  |  |
| SOL    | Shergym (3)        | Réflexes (2) |  |  |  |  |

**QC PERFO - SAUT A**

|        |         |
|--------|---------|
| Bégin  | Méghane |
| Fortin | Évelyne |

**SOL N6** : Pour les N6 seulement, un seul passage d'échauffement spécifique sera permis au sol en raison de la différence entre la piste d'échauffement et le sol de compétition.

**SAUT N4 et N6** : La collaboration et l'entraide seront de mise afin d'effectuer les changements (ajout/retrait) des fosses de réception au saut.

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

SESSION 4

| PLATEAU A       | PLATEAU B     | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL               | ÉCHAU DIRIGÉ                    | COMPÉTITION                     | REMISE       |
|-----------------|---------------|---------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------|
| N6 11-12 B (21) | N5 11-12 (22) | 12:35   | 12:55 - 13:10<br>15 minutes | 13:10 - 14:10<br>14 min. / rot. | 14:15 - 15:50<br>21 min. / rot. | <b>16:05</b> |

PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                  |            |             |  |  |  |
|--------|------------------|------------|-------------|--|--|--|
| SAUT   | Gymnamic (5)     |            |             |  |  |  |
| BARRES | Gym TRM (3)      | Imagym (1) | Rikigym (1) |  |  |  |
| POUTRE | Qc Perfo (5)     |            |             |  |  |  |
| SOL    | Drummond Gym (6) |            |             |  |  |  |

PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                  |                  |                  |  |  |  |
|--------|------------------|------------------|------------------|--|--|--|
| SAUT   | Gymnigan (2)     | Bois-Francis (1) | Dynamix (2)      |  |  |  |
| BARRES | Imagym (6)       |                  |                  |  |  |  |
| POUTRE | Gym TRM (4)      | Équilibrix (2)   |                  |  |  |  |
| SOL    | Drummond Gym (2) | Helios (2)       | Gym Saguenay (1) |  |  |  |

**QC PERFO - POUTRE A**

|         |         |
|---------|---------|
| Julien  | Léonie  |
| Lacombe | Élody   |
| Daigle  | Éloïse  |
| Cauchon | Charlie |
| Moffet  | Emmy    |

**SOL N6** : Pour les N6 seulement, un seul passage d'échauffement spécifique sera permis au sol en raison de la différence entre la piste d'échauffement et le sol de compétition.

**SAUT N5 et N6** : La collaboration et l'entraide seront de mise afin d'effectuer les changements (ajout/retrait) des fosses de réception au saut.

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

SESSION 5

| PLATEAU A   | PLATEAU B         | ARRIVÉE            | ÉCHAU GÉNÉRAL               | ÉCHAU DIRIGÉ                    | COMPÉTITION                     | REMISE         |
|---|-------------------|--------------------|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------|
| N4 13-14 (31)                                       | N4 15+ (34)       | 14:05              | 14:25 - 14:40<br>15 minutes | 14:40 - 15:55<br>17 min. / rot. | 16:00 - 18:00<br>27 min. / rot. | <b>18:15</b>   |
| PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement |                   |                    |                             |                                 |                                 |                |
| SAUT  | Helios (3)        | Shergym (3)        | Gymagine (2)                |                                 |                                 |                |
| BARRES  | Panthères (1)     | Gym TRM (1)        | Envol de Lévis (1)          | Rikigym (2)                     | Ionyx (1)                       | Équilibrix (2) |
| POUTRE  | Gym-Richelieu (2) | Baie-Comeau (4)    | Gym Saguenay (2)            |                                 |                                 |                |
| SOL   | Bois-Francis (2)  | Amétiss (3)        | Gym-As (1)                  | Gymnigan (1)                    |                                 |                |
| PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement |                   |                    |                             |                                 |                                 |                |
| SAUT  | Helios (1)        | Gymnoss (2)        | Acromat (3)                 | Actigym (2)                     |                                 |                |
| BARRES  | Gym TRM (2)       | Envol de Lévis (5) | Rikigym (1)                 |                                 |                                 |                |
| POUTRE  | Gym-Richelieu (4) | Baie-Comeau (1)    | Gym Saguenay (4)            |                                 |                                 |                |
| SOL   | Bois-Francis (6)  | Réflexes (3)       |                             |                                 |                                 |                |

**PAUSE DES OFFICIELS - 18H00 À 19H00**

**SAMEDI - 9 DÉCEMBRE 2023**

SESSION 6

| PLATEAU A   | PLATEAU B         | ARRIVÉE            | ÉCHAU GÉNÉRAL     | ÉCHAU DIRIGÉ     | COMPÉTITION      | REMISE |
|---|-------------------|--------------------|-------------------|------------------|------------------|--------|
| N5 9-10 (6)   | N5 13-14 (14)     | 17:05              | 17:25 - 17:40     | 17:40 - 18:55    | 19:00 - 20:50    | 21:05  |
| N6 9-10 (17)  | N5 15+ (11)       |                    | 15 minutes        | 16 min. / rot.   | 24,5 min. / rot. |        |
| PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement |                   |                    |                   |                  |                  |        |
| SAUT  | Gym TRM (2)       | Envol de Lévis (2) | Gymnigan (1)      | Gymnigan (1)     |                  |        |
| BARRES  | Gym-Richelieu (6) |                    |                   |                  |                  |        |
| POUTRE  | Gymnamic (5)      | Drummond Gym (1)   |                   |                  |                  |        |
| SOL   | Équilibrix (2)    | Qc Perfo (3)       |                   |                  |                  |        |
| PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement |                   |                    |                   |                  |                  |        |
| SAUT  | Granigym (1)      | Granigym (1)       | Gym TRM (1)       | Gym TRM (2)      |                  |        |
| BARRES  | Helios (2)        | Helios (4)         | Gym-Richelieu (1) |                  |                  |        |
| POUTRE  | Drummond Gym (2)  | Imagym (2)         | Bois-Francis (2)  | Bois-Francis (1) |                  |        |
| SOL   | Équilibrix (5)    | Gym Sagueany (1)   |                   |                  |                  |        |

**SOL N6** : Pour les N6 seulement, un seul passage d'échauffement spécifique sera permis au sol en raison de la différence entre la piste d'échauffement et le sol de compétition.

**SAUT N5 et N6** : La collaboration et l'entraide seront de mise afin d'effectuer les changements (ajout/retrait) des fosses de réception au saut.

**DIMANCHE - 10 DÉCEMBRE 2023**

**SESSION 7**

| PLATEAU A       | PLATEAU B     | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL | ÉCHAU DIRIGÉ     | COMPÉTITION      | REMISE |
|-----------------|---------------|---------|---------------|------------------|------------------|--------|
| N6 13-14 A (25) | N6 15+ A (23) | 7:15    | 7:30 - 7:45   | 7:45 - 9:10      | 9:15 - 11:05     | 11:20  |
|                 |               |         | 15 minutes    | 19,5 min. / rot. | 24,5 min. / rot. |        |

**PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                   |              |              |  |  |  |
|---------------|-------------------|--------------|--------------|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Gymagine (2)      | Acromat (1)  | Qc Perfo (3) |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Qc Perfo (7)      |              |              |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Gym-Richelieu (4) | Gymnigan (2) |              |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Actigym (2)       | Rikigym (4)  |              |  |  |  |

**PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |              |                   |             |              |  |  |
|---------------|--------------|-------------------|-------------|--------------|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Gymnoss (2)  | Gymagine (2)      | Acromat (1) | Qc Perfo (1) |  |  |
| <b>BARRES</b> | Qc Perfo (4) |                   |             |              |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Qc Perfo (4) | Gym-Richelieu (2) |             |              |  |  |
| <b>SOL</b>    | Réflexes (7) |                   |             |              |  |  |

| QC PERFO - SAUT A   |            | QC PERFO - BARRES A |          | QC PERFO - BARRES B |            |
|---------------------|------------|---------------------|----------|---------------------|------------|
| Duval-Barbeau       | Éva        | Therrien            | Rosalie  | Giguère             | Lorie-Pier |
| Pelletier           | Maély      | Lévesque            | Éliane   | Breton              | Charlotte  |
| Blanchette          | Nina       | Royer               | Maya     | Campana             | Maé        |
| QC PERFO - POUTRE B |            | Guay                | Évelyne  | Cantin              | Émilie     |
| Ouellet             | Delphine   | Roy                 | Sandrine | QC PERFO - SAUT B   |            |
| Gauthier            | Julie-Anne | Guay                | Olivia   | Baril               | Mayka      |
| Amyot Morissette    | Léa        | Robitaille          | Jessie   |                     |            |
| Duchesne            | Éliane     |                     |          |                     |            |

**DIMANCHE - 10 DÉCEMBRE 2023**

**SESSION 8**

| PLATEAU A       | PLATEAU B     | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL | ÉCHAU DIRIGÉ     | COMPÉTITION      | REMISE |
|-----------------|---------------|---------|---------------|------------------|------------------|--------|
| N6 13-14 B (25) | N6 15+ B (24) | 9:05    | 9:25 - 9:40   | 9:40 - 11:05     | 11:10 - 13:00    | 13:15  |
|                 |               |         | 15 minutes    | 19,5 min. / rot. | 24,5 min. / rot. |        |

**PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                  |                  |               |  |  |  |
|---------------|------------------|------------------|---------------|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Drummond Gym (5) | Helios (2)       |               |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Baie-Commeau (2) | Bois-Francis (2) | Magny-Gym (1) |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Imagym (3)       | Dynamix (3)      |               |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Dymagym (7)      |                  |               |  |  |  |

**PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement**

|               |                  |                  |               |  |  |  |
|---------------|------------------|------------------|---------------|--|--|--|
| <b>SAUT</b>   | Drummong Gym (6) |                  |               |  |  |  |
| <b>BARRES</b> | Baie-Comeau (4)  | Bois-Francis (2) | Magny-Gym (1) |  |  |  |
| <b>POUTRE</b> | Dynamix (4)      | Imagym (3)       |               |  |  |  |
| <b>SOL</b>    | Dymagym (3)      | RdlGym (1)       |               |  |  |  |

**PAUSE DES OFFICIELS - 13H00 À 14H00**

**DIMANCHE - 10 DÉCEMBRE 2023**

SESSION 9

| PLATEAU A       | PLATEAU B     | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL | ÉCHAU DIRIGÉ   | COMPÉTITION      | REMISE |
|-----------------|---------------|---------|---------------|----------------|------------------|--------|
| N6 13-14 C (28) | N6 15+ C (23) | 11:50   | 12:10 - 12:25 | 12:25 - 13:55  | 14:00 - 15:50    | 16:05  |
|                 |               |         | 15 minutes    | 21 min. / rot. | 24,5 min. / rot. |        |

PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                    |           |  |  |  |  |   |
|--------|--------------------|-----------|--|--|--|--|---|
| SAUT   | Gymnamic (7)       |           |  |  |  |  | 7 |
| BARRES | Gym Saguenay (1)   | Ionyx (6) |  |  |  |  | 7 |
| POUTRE | Envol de Lévis (6) | Robi (1)  |  |  |  |  | 7 |
| SOL    | Shergym (7)        |           |  |  |  |  | 7 |

PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |                    |              |  |  |  |  |    |
|--------|--------------------|--------------|--|--|--|--|----|
| SAUT   | Gymnamic (1)       | Gymnigan (4) |  |  |  |  | 28 |
| BARRES | Gym Saguenay (7)   |              |  |  |  |  | 5  |
| POUTRE | Envol de Lévis (1) | Robi (3)     |  |  |  |  | 7  |
| SOL    | Shergym (7)        |              |  |  |  |  | 4  |

**DIMANCHE**

SESSION 10

| PLATEAU A | PLATEAU B     | ARRIVÉE | ÉCHAU GÉNÉRAL | ÉCHAU DIRIGÉ    | COMPÉTITION      | REMISE |
|-----------|---------------|---------|---------------|-----------------|------------------|--------|
|           | N6 15+ D (19) | 14:40   | 15:00 - 15:15 | 15:15 - 15:50   | 15:55 - 17:10    | 17:25  |
|           |               |         | 15 minutes    | 7,5 min. / rot. | 17,5 min. / rot. |        |

PLATEAU A - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |  |  |  |  |  |  |   |
|--------|--|--|--|--|--|--|---|
| SAUT   |  |  |  |  |  |  | 0 |
| BARRES |  |  |  |  |  |  | 0 |
| POUTRE |  |  |  |  |  |  | 0 |
| SOL    |  |  |  |  |  |  | 0 |

PLATEAU B - Échauffement sur plateau d'échauffement

|        |              |               |                |  |  |  |   |
|--------|--------------|---------------|----------------|--|--|--|---|
| SAUT   | Actigym (2)  | Rikigym (2)   | Équilibrix (1) |  |  |  | 0 |
| BARRES | Granigym (5) |               |                |  |  |  | 5 |
| POUTRE | Ionyx (4)    | Helios (1)    |                |  |  |  | 5 |
| SOL    | Gym-As (3)   | Panthères (1) |                |  |  |  | 4 |