

VENDREDI			REMISE
SESSION 1 - A			11:25
PLATEAU A	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
Nov.(4) + Nat Ouvert(3) JeunAv(3) + N9 11-14(20)	6:45	7:05 - 7:25 20 minutes	7:30 - 11:10 42 min/rot.
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Dynamix (1)	Gymini(1) + Gym-Plus(1)	Gym Sag(1)
BARRES	Laval Excellence (2)	Qc Perfo (1)	Qc Perfo (3)
REPOS/BY	Imagym(1) → Zénith(1)	Unigym (1) + Viagym(1)	Wimgym (3)
POUTRE	Bois-Francis(1) + Laval(2)	Gadbois(1) + Dynamix (2)	Gymnacentre (1)
SOL	Gymnamic (1)	Gymnix(1) + Qc Perfo(2)	Gym-Richelieu (2)

30

PAUSE DES OFFICIELS - PLATEAU A

VENDREDI			REMISE
SESSION 1 - B			11:35
PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N8 15+ A (40)	6:45	7:10 - 7:25 15 minutes	7:30 - 11:20 44 min/rot.
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Gadbois (1)	Réflexes (5)	SherGym(1)+Magny-Gym(1)
BARRES	Gym-Richelieu (2)	Qc Perfo (6)	
REPOS/BY	Laval Excellence (3)	Gymini(2) + Bois-Francis(2)	Gymnacentre (1)
POUTRE	Zénith(1)+Gymnix(3)	Mégagym (2)	Gymnamic (2)
SOL	Gym Saguenay (4)	Gym TRM (4)	

GYM TRM : Eveline G, Alexa J, Megan T, Kallyann P

40

PAUSE DES OFFICIELS - PLATEAU B

VENDREDI			REMISE
SESSION 2 - A			16:00
PLATEAU A	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N10 16+ (31) N10 12-15 (7)	11:15	11:30 - 11:50 20 minutes	11:55 - 15:45 44 min/rot.
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Gym-Richelieu (1+1)	Gym-Plus(1+1)	Réflexes(2) + Zénith (1)
BARRES	Gymnix (3)	Gymnacentre(2)	Gymini(2) + Unigym(1)
REPOS/BY	Gym Sag(2)	Laval Excellence (2+1)	Gymnamic(2)
POUTRE	Wimgym(4)	SherGym(1+1)	Équilibrix(2)
SOL	Qc Perfo(4)	Gadbois(1+1)	Gym TRM(1) + Dynamix(1)

38

VENDREDI			REMISE
SESSION 2 - B			15:30
PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N8 15+ B (35)	11:15	11:35 - 11:50 15 minutes	11:55 - 15:15 39 min/rot.
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Baie-Comeau (1)	Hirondelles(4) + Gymnika(1)	Gym Express (1)
BARRES	Gym-Plus (5)	Envol de Lévis (1)	Flipgym (1)
REPOS/BY	Wimgym (4)	Gym-Fly (3)	
POUTRE	Voltige (4)	Campiagile (3)	
SOL	Gym TRM (5)	Gymnaska-Vol (2)	

GYM TRM : Charlie L-D, Mia N-G, Victoria P, Félicia L, Alexia D

35

VENDREDI			
SESSION 3 - A			REMISE
			18:35
PLATEAU A	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N9 15+ A (20)	15:40	15:55 - 16:15	16:20 - 18:20
		20 minutes	28 min/rot.
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Gymnaska-Vol (2)	Wimgym (3)	
BARRES	Dynamix (3)	Gymini (1)	Gym Saguenay (1)
POUTRE	Gymnika (2)	Imagym (2)	Bois-Francis (1)
SOL	Gym-Richelieu (3)	Campiagile (1)	Gymnitours (1)

5

5

5

5

20

PAUSE DES OFFICIELS - PLATEAU A

VENDREDI			
SESSION 3 - B			REMISE
			18:00
PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N8 15+ C (24)	14:50	15:05 - 15:20	15:25 - 17:45
		15 minutes	28 min/rot.
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Dynamix (4)	Excel Gym (1)	Asymétriques (1)
BARRES	Imagym (4)	Barany (1)	Gymkara (1)
POUTRE	Unigym (4)	Hopla(2)	
SOL	Viagym (3)	lonyx (3)	

6

6

6

6

24

PAUSE DES OFFICIELS - PLATEAU B

VENDREDI			
SESSION 4 - A			REMISE
			21:20
PLATEAU A	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N9 15+ B (19)	18:25	18:40 - 19:00	19:05 - 21:05
		20 minutes	28 min/rot.
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Zénith (3)	Équilibrix (1)	Laval Excellence (1)
BARRES	Gymnix (2)	Gym TRM (1)	Mégagym (1)
POUTRE	Gym-Plus (4)	Hopla (1)	
SOL	Qc Perfo (3)	Gym-Fly (1)	Unigym (1)

5

4

5

5

19

VENDREDI			
SESSION 4 - B			REMISE
			21:55
PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION
N8 13-14 (35)	17:45	18:00 - 18:15	18:20 - 21:40
		15 minutes	39 min/rot.
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition			
SAUT	Gymnamic (4)	Jeune Aire (1)	Gym-Plus (2)
BARRES	Gym TRM (3)	Gymnix (2)	Gymnika(1) + Gymini(1)
REPOS/BY	Hirondelles (4)	Envol de Lévis (2)	Zénith (1)
POUTRE	Qc Perfo (3)	Gymnaska-Vol (2)	Gadbois(1) + Wimgym(1)
SOL	Gym-Richelieu (1)	Laval Excellence (4)	Gym-Fly (2)

7

7

7

7

35