

VENDREDI 26 MAI 2023

SESSION 1

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N6 9-10 (26)	N5 9-10 (14) N5 13-14 (16)	8:45	9:00 - 9:15 15 min	9:20 - 12:00 10.5 min (échauffement) + 27 min (compétition)		12:15
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Campiagile (1)	Zénith (2)	Laval Excellence (1)	Qc Perfo (3)		
BARRES	Mégagym (5)	Drummond Gym (2)				
POUTRE	Ionyx (1)	Gym-Richelieu (4)	Gymnamic (1)			
SOL	Wimgym (4)	Unigym (1)	Excel Gym (1)			
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Laval Excellence (2)	Gymnix (4)	Hopla (1)			
BARRES	Gymnix (7)					
POUTRE	Gymibik (2)	Gym-Richelieu (2)	Hirondelles (2)	Hélios (1)	Équilibrax (1)	
SOL	Wimgym (2)	Gymslic (3)	Unigym (1)	Gymnigan (1)	Gym-As (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 12H00 À 13H00

VENDREDI 26 MAI 2023

SESSION 2

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N6 15+ A (32)	N6 13-14 A (32)	12:15	12:40 - 12:55 15 min	13:00 - 15:50 12 min (échauffement) + 28 min (compétition)		19:25
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Barany (2)	Gymkara (1)	Zénith (1)	Unigym (4)		
BARRES	Qc Perfo (2)	Gymini (2)	Laval Excellence (3)	Viagym (1)		
POUTRE	Réflexes (1)	Flippym (5)	Kodiak (2)			
SOL	Drummond Gym (1)	Bois-Francis (1)	Hopla (1)	Dymagym (3)	Gymnigan (1)	Gymslic (1)
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Barany (2)	Gymkara (1)	Zénith (2)	Unigym (2)	Envol de Lévis (1)	
BARRES	Qc Perfo (6)	Gymini (2)				
POUTRE	Imagym (4)	Réflexes (1)	Flippym (2)	Excel Gym (1)		
SOL	Drummond Gym (1)	Bois-Francis (1)	Hopla (2)	Dymagym (3)	Gymnigan (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 15H50 À 16H20

VENDREDI 26 MAI 2023

SESSION 3

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N6 15+ B (32)	N6 13-14 B (32)	15:30	16:00 - 16:15 15 min	16:20 - 19:10 12 min (échauffement) + 28 min (compétition)		19:25
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gadbois (1)	Shergym (5)	Gymnitours (1)	Gymkhana (1)		
BARRES	Wimgym (2)	Gym-Plus (3)	Magny-Gym (2)	Gymnika (1)		
POUTRE	Gymnaska-Vol. (1)	Jeune Aire (1)	Gym-Richelieu (1)	Hirondelles (2)	Rikigym (2)	Gym TRM (2)
SOL	Dynamix (1)	Arabesque (1)	Saguenay (3)	Mégagym (3)		
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gadbois (5)	Shergym (2)	Gymnitours (1)			
BARRES	Wimgym (5)	Gym-Plus (2)	Magny-Gym (1)			
POUTRE	Gymnaska-Vol. (2)	Jeune Aire (1)	Gym-Richelieu (2)	Hirondelles (3)		
SOL	Dynamix (2)	Arabesque (1)	Saguenay (1)	Gymnacentre (4)		

SAMEDI 27 MAI 2023

SESSION 4

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N4 9-10 (36)	N5 11-12 (21)	7:15	7:30 - 7:45 15 min	7:50 - 10:25 9 min (Échauffement) + 27 min (compétition)		10:40
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymslic (2)	Viagym (1)	Jeune Aire (3)	Gymnika (1)	Gadbois (1)	Zénith (1)
BARRES	Wimgym (3)	Hirondelles (1)	Équilibrix (1)	Gym-Plus (2)	Gym TRM (1)	Dynamix (1)
POUTRE	Imagym (4)	Gymnacentre (1)	Qc Perfo (3)	Gymnaska-Vol. (1)		
SOL	Gymnamic (4)	Gym Express (1)	Laval Excellence (3)	Ionyx (1)		
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gymslic (2)	Unigym (2)	Zénith (1)			
BARRES	Wimgym (1)	Hirondelles (2)	Gym-Plus (1)	Arabesque (1)		
POUTRE	Gymibik (3)	Imagym (3)				
SOL	Gym Express (2)	Gymnix (2)	Gymnigan (1)			

PAUSE DES OFFICIELS - 10H25 À 10H55

SAMEDI 27 MAI 2023

SESSION 5

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N4 11-12 A (32)	N6 11-12 A (28)	10:05	10:35 - 10:50 15 min	10:55 - 13:35 10.5 min (Échauffement) + 27.5 min (compétition)		18:00
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymslic (1)	Arabesque (2)	Excel Gym (5)			
BARRES	Unigym (2)	Envol de Lévis (1)	Bois-Francis (1)	Asymétriques (1)	Flipgym (1)	Équilibrix (2)
POUTRE	Wimgym (2)	Dymagym (2)	Rikigym (2)	Hopla (1)	Gymnacentre (1)	
SOL	Shergym (6)	Gadbois (1)	Jeune Aire (1)			
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Campiagile (6)	Viagym (1)				
BARRES	Gym-Richelieu (4)	Unigym (1)	Envol de Lévis (1)	Dynamix (1)		
POUTRE	Wimgym (5)	Hopla (1)	Gymnacentre (1)			
SOL	Shergym (1)	Gadbois (2)	Jeune Aire (1)	Zénith (2)	Gymini (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 13H35 À 14H35

SAMEDI 27 MAI 2023

SESSION 6

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N4 11-12 B (32)	N6 11-12 B (20) N5 15+ (14)	13:45	14:15 - 14:30 15 min	14:35 - 17:45 13.5 min (Échauffement) + 31.5 min (compétition)		18:00
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Hirondelles (5)	Mégagym (1)	Qc Perfo (1)	Gym TRM (1)		
BARRES	Imagym (6)	Ionyx (2)				
POUTRE	Saguenay (3)	Réflexes (2)	Gymnaska-Vol. (3)			
SOL	Laval Excellence (5)	Gym-Plus (1)	Gymnika (2)			
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Hirondelles (2)	Mégagym (1)	Qc Perfo (5)			
BARRES	Imagym (1)	Ionyx (1) + Gymnix (1)	Gymnamic (1)	Gym-As (2)	Gymslic (1)	Wimgym (1)
POUTRE	Saguenay (2)	Réflexes (1)	Granigym (6)			
SOL	Laval Excellence (4)	Gym-Plus (1)	Gymnika (2)	Gymnika (2)		

PAUSE DES OFFICIELS - 17H45 À 18H45

SAMEDI 27 MAI 2023

SESSION 7

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
N4 13-14 (28)	N4 15+ (31)	17:55	18:25 - 18:40	18:45 - 21:00		21:15
			15 min	8 min (Échauffement) + 24 min (compétition)		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymslic (1)	Viagym (1)	Gymnika (1)	Shergym (2)	Asymétriques (2)	
BARRES	Bois-Francis (6)	Kodiak (1)				
POUTRE	Hirondelles (2)	Hopla (4)	Saguenay (1)			
SOL	Gymnacentre (2)	Imagym (1)	Gym-As (1)	Laval Excellence (2)	Équilibrix (1)	
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Panthères (2)	Gymnika (1)	Acromat (1)	Gym TRM (1)	Gymagine (3)	
BARRES	Bois-Francis (1)	Hélios (3)	Gymkhana (2)	Gym-Plus (1)		
POUTRE	Hirondelles (1)	Hopla (1)	Saguenay (1)	Acti-Gym (4)	Gymnastiles (1)	
SOL	Réflexes (8)					

DIMANCHE 28 MAI 2023

SESSION 8 - Concours par équipe 6/4/4

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP		REMISE
Équipe N4 à 6 (12-)	Équipe N4 à 6 (13+)	7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 12:45		13:00
			15 min	18 min (Échauffement) + 36 min (compétition)		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Laurentides	Mauricie				
BARRES	Lanaudière	Chaudière-App.				
BY	Lac-St-Louis	Richelieu-Yamaska				
POUTRE	Estrie	Rive-Sud				
SOL	Captale-Nationale	Montréal				
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Laurentides	Est-du-Québec				
BARRES	Lanaudière	Saguenay-Lac-St-J.				
BY	Lac-St-Louis	Richelieu-Yamaska				
POUTRE	Estrie	Rive-Sud	Bourassa			
SOL	Captale-Nationale	Montréal				