

SAMEDI - 16 MARS 2024

SESSION 1

PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 13-14 (24)		7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 10:45	11:00
N8 11-12 (4)			15 minutes	É : 14 min/rot + C : 28 min/rot.	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gym-Plus (3)	Wimgym (1)	Zénith (2)	Zénith (1)	
BARRES	Unigym (3)	Jeune Aire (1)	Capiagile (1)	Gadbois (1)	Gadbois (1)
POUTRE	Viagym (1)	Laval Excellence (1)	Laval Excellence (1)	Gymini (3)	Hirondelles (1)
SOL	Gymnix (3)	Gym-Fly (2)	Gymnaska-Vol. (2)		

PAUSE DES OFFICIELS - 10H45 À 11H45

SAMEDI - 16 MARS 2024

SESSION 2

PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N7 9-10 (6)		11:05	11:25 - 11:40	11:45 - 14:30	14:45
N7 11-12 (26)			15 minutes	É : 12 min/rot + C : 28 min/rot.	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Excel Gym (2)	Excel Gym (1)	Jeune Aire (1)	Gymnacentre (1)	Gym-Plus (3)
BARRES	Zénith (2)	Hirondelles (3)	Campigile (3)		
POUTRE	Gadbois (1)	Mégagym (3)	Gymnix (3)	Gymnika (1)	
SOL	Wimgym (3)	Gymnika (1)	Laval Excellence (3)	Laval Excellence (1)	

GYMNIKA - POUTRE		GYMNIKA - SOL	
Bourdeau	Mégane	Dubois	Maelie

SAMEDI - 16 MARS 2024

SESSION 3

PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 15+ A (26)		14:15	14:35 - 14:50	14:55 - 17:50	18:05
			15 minutes	É : 14 min/rot + C : 28 min/rot.	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymnitours (1)	Flipgym (1)	Wimgym (5)		
BARRES	Wimgym (3)	Hopla (4)			
POUTRE	Gymnix (6)				
SOL	Gymnaska-Vol. (1)	Zénith (1)	Unigym (4)		

WIMGYM - SAUT		WIMGYM - BARRES	
Ducharme	Élizabeth	Farran	Aya
Lamy	Éloïse	Lauffer	Lison
Nadeau	Eve	Oros	Raisa Karina
Delisle	Sofia		
Forest	Marie Lune		

PAUSE DES OFFICIELS - 17H50 À 18H50

SAMEDI - 16 DÉCEMBRE 2023

SESSION 4

PLATEAU A	ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE	
N8 15+ B (23)	18:10	18:30 - 18:45	18:50 - 21:20	21:35	
		15 minutes	É : 12 min/rot + C : 24 min/rot.		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gym Express (1)	Excel Gym (2)	Gym-Fly (1)	Gadbois (1)	
BARRES	Campiagile (2)	Hirondelles (4)			
POUTRE	Gym-Plus (6)				
SOL	Gym-Plus (2)	Mégagym (2)	Laval Excellence (2)		

GYM-PLUS - POUTRE		GYM-PLUS - SOL	
Choquet	Evelyne	Corbeil	Coralie
David	Maude	Pachon Villamil	Danna Sofia
Desjardins	Kelly-Ann		
Filion Gonzalez	Mariana		
Guénette	Elyzabeth		
Marcotte	Laurence		

DIMANCHE - 17 MARS 2024

SESSION 5

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N7 13-14 A (31)	N7 15+ A (33)	7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 11:40	11:55
			15 minutes	É : 24 min/rot + C : 31.5 min/rot.	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Unigym (3)	Hirondelles (4)	Flipgym (1)		
BARRES	Gymnix (2)	Excel Gym (2)	Zénith (3)		
POUTRE	Gym-Plus (7)	Gym-Fly (1)			
SOL	Gymini (2)	Mégagym (2)	Laval Excellence (4)		
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Unigym (1)	Hirondelles (3)	Flipgym (3)	Gym Express (1)	
BARRES	Hirondelles (7)	Excel Gym (1)	Zénith (1)		
POUTRE	Gym-Plus (5)	Gym-Fly (1)	Campiagile (2)		
SOL	Gymini (4)	Mégagym (3)	Laval Excellence (1)		

HIRONDELLES - SAUT B		HIRONDELLES - BARRES B		UNIGYM - SAUT B	
DESMARAIS	LEEANE	HUNI	ARIELLE	Nadon	Jessica
BIENVENUE	JULIETTE	ST-PIERRE	ELOISE		
MERCURE	LAURA	SYLVESTRE	MATHILDE		
UNIGYM - SAUT A		CHAREST	ANGÉLICA		
Cloutier	Marilou	LEFEBVRE	JULIETTE		
Diotte	Emma	MARTINELLI	JULIANNE		
Thibert	Amélie	BOUDREAU	ANAÏS		

PAUSE DES OFFICIELS - 11H40 À 13H40

DIMANCHE - 17 MARS 2024

SESSION 6

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N7 13-14 B (28)	N7 15+ B (32)	12:00	12:20 - 12:35 15 minutes	12:40 - 16:10 É : 22,5 min/rot + C : 28 min/rot.	16:25
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Unigym (5)	Hopla (1)	Campiagile (1)		
BARRES	Unigym (1)	Wimgym (3)	Barany (3)		
POUTRE	Viagym (3)	Gymnika (3)	Gymkara (1)		
SOL	Gadbois (1)	Gymnacentre (2)	Wimgym (2)	Jeune Aire (2)	
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Arabesque (2)	Gymnaska-Vol. (4)	Hopla (2)		
BARRES	Unigym (3)	Wimgym (4)	QuébecGym (1)		
POUTRE	Viagym (3)	Gymkara (4)	Gymnitours (1)		
SOL	Gadbois (7)	Gymnacentre (1)			

UNIGYM - SAUT A		UNIGYM - BARRES A		WIMGYM - BARRES A	
Couture	Selena	Charbonneau	Laura	Lanovaz	Jade
Brazeau	Maëlie	UNIGYM - BARRES B		Rose-Lefebvre	Amelia
Alami	Dina	Léveillé-Desjardins	Malika	Peluso	Isabella
Lauzon	Gabrielle	Dupont-Pautet	Julie	WIMGYM - SOL A	
Chauret	Jasmine	Boisvert	Maély	Bozdoro	Emma-Gabriela
				Payer	Lauriane

7
7
7
7
28
8
8
8
8
32