

2e SÉLECTION DES JEUX DU CANADA GAF Unigym - 16 décembre 2022

Version 2

VENDREDI 16 DÉCEMBRE 2022

SESSION 1 - Format Capital Cup

SECTEUR	ARRIVÉE	ÉCHAU. GÉNÉRAL	COMPÉTITION	NOMINATION
GAF	15:10	15:40 - 16:00 20 minutes	16:05 - 19:05 12 min (échau) + 30 min (compé)	19:20
Échauffement sur plateau de compétition				
SAUT	Gym-Richelieu (1)	Shergym (2)	Gymnacentre (2)	Gymnamic (1)
BARRES	Unigym (6)			
POUTRE	Gadbois (2)	Wimgym (2)		
SOL	Qc Perfo (2)	Gym TRM (1)	Laval Excellence (2)	

21

2e SÉLECTION DES JEUX DU CANADA GAM Unigym - 16 décembre 2022

Version 2

VENDREDI 16 DÉCEMBRE 2022

SESSION 1

SECTEUR	ARRIVÉE	ÉCHAU. GÉNÉRAL	COMPÉTITION	NOMINATION
GAM	16:30	17:00 - 17:30 30 minutes	17:35 - 21:05 34 min / rotation	21:20
Rotation 1 à 3				
SAUT	Dynamix (3)	Shergym (1)	Laval Excellence (3)	Gymini (2)
PARALLÈLES	Gymnika (3)	Unigym (3)	Centre Sablon (2)	
FIXE	Qc Perfo (3)	Gymnamic (4)	Imagym (1)	
Rotation 4 à 6				
SOL	Dynamix (3)	Shergym (1)	Laval Excellence (3)	Gymini (2)
ARÇONS	Gymnika (3)	Unigym (3)	Centre Sablon (2)	
ANNEAUX	Qc Perfo (3)	Gymnamic (4)	Imagym (1)	

* Les rotations seront effectuées de façon à ce que les athlètes compétitionnent de façon fermée sur les 3 premiers appareils (Rotation 1-2-3 : saut, parallèles, fixe) et ensuite les 3 prochains appareils (Rotation 4-5-6 : sol, arçons, anneaux).

VENDREDI 16 DÉCEMBRE 2022

			Plateau A 1 trampoline	Échauffement au sol				
14 h 30	à	14 h 35		Arrivée - Filles Gr. 1	14 h 30	à	14 h 35	
14 h 35	à	14 h 40			14 h 35	à	14 h 40	
14 h 40	à	14 h 45			14 h 40	à	14 h 45	
14 h 45	à	14 h 50			14 h 45	à	14 h 50	
14 h 50	à	14 h 55			14 h 50	à	14 h 55	
14 h 55	à	15 h 00			14 h 55	à	15 h 00	
15 h 00	à	15 h 05			15 h 00	à	15 h 05	
15 h 05	à	15 h 10	Filles - Groupe 1 (8) Échauffement sur trampoline 40 minutes		15 h 05	à	15 h 10	
15 h 10	à	15 h 15			15 h 10	à	15 h 15	
15 h 15	à	15 h 20			15 h 15	à	15 h 20	
15 h 20	à	15 h 25			15 h 20	à	15 h 25	
15 h 25	à	15 h 30			15 h 25	à	15 h 30	
15 h 30	à	15 h 35			15 h 30	à	15 h 35	
15 h 35	à	15 h 40			15 h 35	à	15 h 40	
15 h 40	à	15 h 45	Filles - Groupe 1 (8) Ronde préliminaire (2 libres)		15 h 40	à	15 h 45	
15 h 45	à	15 h 50			15 h 45	à	15 h 50	
15 h 50	à	15 h 55			15 h 50	à	15 h 55	
15 h 55	à	16 h 00			15 h 55	à	16 h 00	
16 h 00	à	16 h 05			16 h 00	à	16 h 05	
16 h 05	à	16 h 10			Arrivée - Filles Gr. 2	16 h 05	à	16 h 10
16 h 10	à	16 h 15				16 h 10	à	16 h 15
16 h 15	à	16 h 20	1 passage d'échau		16 h 15	à	16 h 20	
16 h 20	à	16 h 25	Filles - Groupe 1 (8) Ronde finale (1 libre)		16 h 20	à	16 h 25	
16 h 25	à	16 h 30			16 h 25	à	16 h 30	
16 h 30	à	16 h 35			16 h 30	à	16 h 35	
16 h 35	à	16 h 40			16 h 35	à	16 h 40	
16 h 40	à	16 h 45			16 h 40	à	16 h 45	
16 h 45	à	16 h 50	Filles - Groupe 2 (9) Échauffement sur trampoline 40 minutes		16 h 45	à	16 h 50	
16 h 50	à	16 h 55			16 h 50	à	16 h 55	
16 h 55	à	17 h 00			16 h 55	à	17 h 00	
17 h 00	à	17 h 05			17 h 00	à	17 h 05	
17 h 05	à	17 h 10			17 h 05	à	17 h 10	
17 h 10	à	17 h 15			17 h 10	à	17 h 15	
17 h 15	à	17 h 20			17 h 15	à	17 h 20	
17 h 20	à	17 h 25			17 h 20	à	17 h 25	

VENDREDI 16 DÉCEMBRE 2022

			Plateau A 1 trampoline	Échauffement au sol					
17 h 25	à	17 h 30	Filles - Groupe 2 (9) Ronde préliminaire (2 livres)		17 h 25	à	17 h 30		
17 h 30	à	17 h 35			17 h 30	à	17 h 35		
17 h 35	à	17 h 40			17 h 35	à	17 h 40		
17 h 40	à	17 h 45			17 h 40	à	17 h 45		
17 h 45	à	17 h 50			17 h 45	à	17 h 50		
17 h 50	à	17 h 55			17 h 50	à	17 h 55		
17 h 55	à	18 h 00			Arrivée - Gars	17 h 55	à	18 h 00	
18 h 00	à	18 h 05			1 passage d'échau		18 h 00	à	18 h 05
18 h 05	à	18 h 10					18 h 05	à	18 h 10
18 h 10	à	18 h 15					18 h 10	à	18 h 15
18 h 15	à	18 h 20	18 h 15	à			18 h 20		
18 h 20	à	18 h 25	18 h 20	à			18 h 25		
18 h 25	à	18 h 30	18 h 25	à			18 h 30		
18 h 30	à	18 h 35	18 h 30	à			18 h 35		
18 h 35	à	18 h 40	18 h 35	à			18 h 40		
18 h 40	à	18 h 45	18 h 40	à			18 h 45		
18 h 45	à	18 h 50	18 h 45	à			18 h 50		
18 h 50	à	18 h 55	Gars (11) Échauffement sur trampoline 55 minutes		18 h 50	à	18 h 55		
18 h 55	à	19 h 00			18 h 55	à	19 h 00		
19 h 00	à	19 h 05			19 h 00	à	19 h 05		
19 h 05	à	19 h 10			19 h 05	à	19 h 10		
19 h 10	à	19 h 15			19 h 10	à	19 h 15		
19 h 15	à	19 h 20			19 h 15	à	19 h 20		
19 h 20	à	19 h 25			19 h 20	à	19 h 25		
19 h 25	à	19 h 30			19 h 25	à	19 h 30		
19 h 30	à	19 h 35			19 h 30	à	19 h 35		
19 h 35	à	19 h 40			19 h 35	à	19 h 40		
19 h 40	à	19 h 45	19 h 40	à	19 h 45				
19 h 45	à	19 h 50	19 h 45	à	19 h 50				
19 h 50	à	19 h 55	19 h 50	à	19 h 55				
19 h 55	à	20 h 00	19 h 55	à	20 h 00				
20 h 00	à	20 h 05	20 h 00	à	20 h 05				
20 h 05	à	20 h 10	20 h 05	à	20 h 10				
20 h 10	à	20 h 15	20 h 10	à	20 h 15				
20 h 15	à	20 h 20	20 h 15	à	20 h 20				
20 h 20	à	20 h 25	20 h 20	à	20 h 25				
20 h 25	à	20 h 30	20 h 25	à	20 h 30				
20 h 30	à	20 h 35	1 passage d'échau		20 h 30	à	20 h 35		
20 h 35	à	20 h 40			20 h 35	à	20 h 40		
20 h 40	à	20 h 45			20 h 40	à	20 h 45		
20 h 45	à	20 h 50			20 h 45	à	20 h 50		
20 h 50	à	20 h 55			20 h 50	à	20 h 55		
20 h 55	à	21 h 00			20 h 55	à	21 h 00		
21 h 00	à	21 h 05			21 h 00	à	21 h 05		
21 h 05	à	21 h 10	21 h 05	à	21 h 10				
21 h 10	à	21 h 15	21 h 10	à	21 h 15				
21 h 15	à	21 h 20	21 h 15	à	21 h 20				
21 h 20	à	21 h 25	21 h 20	à	21 h 25				
21 h 25	à	21 h 30	21 h 25	à	21 h 30				
21 h 30	à	21 h 35	21 h 30	à	21 h 35				
21 h 35	à	21 h 40	21 h 35	à	21 h 40				
21 h 40	à	21 h 45	21 h 40	à	21 h 45				
21 h 45	à	21 h 50	21 h 45	à	21 h 50				
21 h 50	à	21 h 55	21 h 50	à	21 h 55				
21 h 55	à	22 h 00	21 h 55	à	22 h 00				
22 h 00	à	22 h 05	22 h 00	à	22 h 05				
22 h 05	à	22 h 10	22 h 05	à	22 h 10				
22 h 10	à	22 h 15	22 h 10	à	22 h 15				
22 h 15	à	22 h 20	22 h 15	à	22 h 20				
22 h 20	à	22 h 25	22 h 20	à	22 h 25				
22 h 25	à	22 h 30	22 h 25	à	22 h 30				
22 h 30	à	22 h 35	22 h 30	à	22 h 35				
22 h 35	à	22 h 40	22 h 35	à	22 h 40				
22 h 40	à	22 h 45	22 h 40	à	22 h 45				
22 h 45	à	22 h 50	22 h 45	à	22 h 50				
22 h 50	à	22 h 55	22 h 50	à	22 h 55				
22 h 55	à	23 h 00	22 h 55	à	23 h 00				