



2e COUPE QUÉBEC GAF N4 à N6 (District 1)

Gymnika - 17 au 19 février 2023

L'échauffement peut, en tout temps, être devancé jusqu'à l'heure d'arrivée des athlètes.



Version 1

VENDREDI - 17 FÉVRIER 2023

SESSION 1

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N5 13-14 ans (15)		18:45	19:00 - 19:15	19:20 - 20:50	21:05
N5 15 ans et + (4)			15 minutes	5 min échauf + 15 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Wimgym (2)	Wimgym (1)	Gymnika (2)		
BARRES	Gymslic (3)	Gymslic (1)	Hopla (1)		
POUTRE	Laval Excellence (2)	Gymibik (3)			
SOL	Gymnix (4)				
SAUT					
BARRES					
POUTRE					
SOL					

SAMEDI - 18 FÉVRIER 2023

SESSION 2

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N4 11-12 ans A (32)	N5 9-10 ans (10) N5 11-12 ans (18)	7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 10:06	10:20
			15 minutes	8 min échauf + 24 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Wimgym (4)	Gym Express (1)	Gym-Plus (3)		
BARRES	Hirondelles (5)	Arabesque (2)	Gymslic (1)		
POUTRE	Unigym (2)	Zénith (2)	Gymslic (1)	Jeune Aire (1)	Gadbois (1)
SOL	Viagym (4)	Hirondelles (4)			Gymnacentre (1)
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Wimgym (1)	Gym Express (2)	Gym-Plus (1)	Gymibik (3)	
BARRES	Hirondelles (2)	Arabesque (1)	Gymslic (2)	Hirondelles (2)	
POUTRE	Unigym (3)	Unigym (1)	Zénith (1)	Gymnix (2)	
SOL	Gymnix (7)				

BARRES A - HIRONDELLES		BARRES - GYMSLIC		SOL A - HIRONDELLES	
CHICOINE	CLÉMENCE	El Zein	Bella	GUERRERO	ELISA
GASSE	FLORENCE	POUTRE - GYMSLIC		MESSIER	KIMBERLY
OLIVIER	LEAH	Chiella	Capri	DION	ALICE
RIOUX	CHARLOTTE			SAVARD	REBEKA
ROBITAILLE	FLORENCE				

PAUSE DES OFFICIELS - 10H05 À 10H30

SAMEDI - 18 FÉVRIER 2023

SESSION 3

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N4 11-12 ans B (30)	N4 13-14 ans (25) N4 15 ans et + (7)	9:40	10:10 - 10:25	10:30 - 12:46	13:00
			15 minutes	8 min échauf + 24 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymibik (1)	Asymétriques (1)	Laval Excellence (5)		
BARRES	Excel Gym (5)	Gymnika (3)			
POUTRE	Gymnaska-Vol. (5)	Campigile (3)			
SOL	Hopla (1)	Barany (1)	FlipGym (4)	Mégagym (1)	
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Asymétriques (2)	Laval Excellence (2)	Kodiak (1)	Wimgym (1)	Gymslic (1)
BARRES	Gymnika (2)	Gymnika (1)	Gymnacentre (3)	Viagym (2)	Arabesque (1)
POUTRE	Campigile (1)	Gymkhana (3)	Hirondelles (3)	Hirondelles (1)	
SOL	Hopla (5)	Hopla (1)	Gym-Plus (1)	Gym-Plus (1)	

PAUSE DES OFFICIELS - 12H45 À 13H45



2e COUPE QUÉBEC GAF N4 à N6 (District 1) Gymnika - 17 au 19 février 2023

L'échauffement peut, en tout temps, être devancé jusqu'à l'heure d'arrivée des athlètes.



Version 1

SAMEDI - 18 FÉVRIER 2023

SESSION 4

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N6 11-12 ans A (31)	N4 9-10 ans A (23)	12:55	13:25 - 13:40	13:45 - 16:33	16:45
			15 minutes	12/6 min échau + 28/18 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Jeune Aire (2)	Gadbois (3)	Hirondelles (3)		
BARRES	Viagym (4)	Wimgym (4)			
POUTRE	Zénith (4)	Gym Express (2)	Arabesque (1)		
SOL	Wimgym (7)	Hopla (1)			
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Jeune Aire (3)	Gadbois (2)	Hirondelles (1)		
BARRES	Viagym (5)				
POUTRE	Zénith (3)	Gym Express (3)			
SOL	Wimgym (4)	Gymslic (2)			

SOLA - WYMGYM		BARRES A - WYMGYM	
Cadrin	Romane	Camacho	Mia
Côté	Ariane	Lanovaz	Jade
forest	Emma	ong	Mikayla
Marcil	Sara-Jade	Rose-Lefebvre	Amelia
Martel	Coralie		
Tremblay	Sophia		
Brossard	Lexie		

PAUSE DES OFFICIELS - 16H30 À 17H30

SAMEDI - 18 FÉVRIER 2023

SESSION 5

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N6 11-12 ans B (31)	N4 9-10 ans B (26)	16:40	17:10 - 17:25	17:30 - 20:18	20:35
			15 minutes	12/7 min échau + 28/21 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Unigym (4)	Gymnacentre (2)	Gymnika (2)		
BARRES	Gymini (3)	Laval Excellence (4)	Mégagym (1)		
POUTRE	Excel Gym (3)	Gym-Fly (2)	Gym-Plus (1)	Gymnix (1)	
SOL	Campiagile (8)				
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymnacentre (3)	Gymnaska-Vol. (2)	Gymnika (1)		
BARRES	Laval Excellence (7)				
POUTRE	Gym-Fly (2)	Gym-Plus (2)	Flipgym (3)		
SOL	Campiagile (4)	Gymibik (2)			



2e COUPE QUÉBEC GAF N4 à N6 (District 1)

Gymnika - 17 au 19 février 2023

L'échauffement peut, en tout temps, être devancé jusqu'à l'heure d'arrivée des athlètes.



Version 1

DIMANCHE - 19 FÉVRIER 2023

SESSION 6

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N6 15 ans et + A (29)	N6 13-14 ans A (33)	7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 10:58	11:15
			15 minutes	13,5 min échau + 31,5 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Jeune Aire (1)	Zénith (3)	Gymkara (3)		
BARRES	Kodiak (7)	Gymnacentre (1)			
POUTRE	Gadbois (3)	Gym Express (3)	Viagym (1)		
SOL	Wingym (3)	Gymnitours (4)			
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Jeune Aire (3)	Zénith (3)	Gymkara (1)		
BARRES	Gymnacentre (6)	Excel Gym (3)			
POUTRE	Gadbois (5)	Gym-Plus (3)			
SOL	Wingym (5)	Gymnitours (1)	Gym-Plus (3)		
BARRES B - EXCEL GYM		POUTRE B - GYM-PLUS		SOL B - GYM-PLUS	
Charbonneau	Lauranne	Aufrère	Lilou	Gohier	Erika
Paquette	Eve	Gauthier	Elie	Jaseliunas	Madison
Pietrolucci	Alexanne	Wirtgen	Zoé	Shank	Elisabeth

PAUSE DES OFFICIELS - 11H00 À 12H00

DIMANCHE - 19 FÉVRIER 2023

SESSION 7

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N6 15 ans et + B (32)	N6 13-14 ans B (31)	11:10	11:40 - 11:55	12:00 - 14:48	15:05
			15 minutes	12 min échau + 28 min compé	
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Hirondelles (5)	Flex-Art (3)			
BARRES	Unigym (4)	Gymini (2)	Gymnika (2)		
POUTRE	Campiagile (3)	Gymnaska-Vol. (2)	Barany (3)		
SOL	Gymbik (2)	Gymkhana (2)	Arabesque (3)	Hopla (1)	
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Hirondelles (6)	Gym-Fly (1)			
BARRES	Unigym (2)	Gymini (4)	Excel Gym (2)		
POUTRE	Campiagile (1)	Gymnaska-Vol. (4)	Barany (2)	Asymétriques (1)	
SOL	Gymbik (1)	Gymkhana (1)	Arabesque (1)	Flipgym (3)	Hopla (2)
BARRES B - EXCEL GYM					
fontaine	Myriam				
Milea	Ioana				

PAUSE DES OFFICIELS - 14H50 À 15H15



2e COUPE QUÉBEC GAF N4 à N6 (District 1) Gymnika - 17 au 19 février 2023

L'échauffement peut, en tout temps, être devancé jusqu'à l'heure d'arrivée des athlètes.



Version 1

DIMANCHE - 19 FÉVRIER 2023

SESSION 8

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N6 15 ans et + C (21)	N6 9-10 ans (18)	14:25	14:55 - 15:10	15:15 - 17:23	17:40
			15 minutes	9 min échau + 21 min compé	

PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition

SAUT	Laval Excellence (3)	Flipgym (2)			
BARRES	Flipgym (6)				
POUTRE	Mégagym (5)				
SOL	Gym-Plus (3)	Gymslic (2)			

PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition

SAUT	Zénith (2)	Wimgym (1)	Laval Excellence (1)		
BARRES	Wimgym (5)				
POUTRE	Unigym (1)	Campiagile (1)	Mégagym (3)		
SOL	Excel Gym (1)	Mégagym (3)			

SAUT B - WIMGYM		POUTRE B - MÉGAGYM		SAUT A - FLIPGYM	
JANG	MEARIE	Bachand	Livia	Rempel	Imogen
BARRES B - WIMGYM		Malo	Lorie	Tremblay	Margot
Bilodeau	florence	Pershin	Kristina	BARRES A - FLIPGYM	
Circé	Élisabeth	SOL B - MÉGAGYM		St-Jean Lanouette	Ysis
Esteves	Clara	Bernier	Samuelle	Bahij Najm	Maya
St-Gorges	Charlotte	Cossette	Adele	Bernier	Alice
Tremblay	Magalie	Lefebvre	Lya	Cormier	Sarah Diva
				Lapointe	Marie-felix
				Morin	Léane

5
6
5
5
21
4
5
5
4
18