

## 2e SÉLECTION NATIONALE GAF Gym-Richelieu - 18 et 19 mars 2023

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

Version 1

### SAMEDI - 18 MARS 2023

#### SESSION 1

CATÉGORIE		ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N9 11-12 (13)	N10 12-15 (14)	7:45	8:00 - 8:20	8:25 - 11:35	11:50
			20 minutes	14.5 min échauf + 31.5 min compé	
<b>Échauffement sur plateau de compétition</b>					
SAUT	Gadbois (2)	Gadbois (1)	Équilibrix (3)	Gymnix (1)	
BARRES	Gym-Plus (1)	Gym-Plus (2)	Mégagym (1)	Dynamix (1)	Réflexes (1)
POUTRE	Unigym (3)	Unigym (3)			Gymnamic (1)
SOL	Qc Perfo (1)	Qc Perfo (2)	Gym-Richelieu (1)	Gym TRM (1)	Gymnospere (1)
					Ottawa GC (1)

#### PAUSE DES OFFICIELS - 11H35 À 12H35

### SAMEDI - 18 MARS 2023

#### SESSION 2

CATÉGORIE		ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N9 15+ (19)	HP (11) N - JR - SR	11:40	12:10 - 12:30	12:35 - 16:10	16:25
			20 minutes	16 min échauf + 36 min compé	
<b>Échauffement sur plateau de compétition</b>					
SAUT	Gymnix (2)	Unigym (1)	Qc Perfo (1)	Qc Perfo (1)	Laval Excellence (3)
BARRES	Gymnamic (7)				
POUTRE	Campiagile (1)	Dynamix (1)	Gym TRM (2)	Gymnika (2)	Imagym (2)
SOL	Gym-Richelieu (3)	Gym-Richelieu (1)	Gym-Richelieu (1)	Gymnosphere (1)	Ottawa GC (1)

#### PAUSE DES OFFICIELS - 16H10 À 17H10

### SAMEDI - 18 MARS 2023

#### SESSION 3

CATÉGORIE		ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N9 15+ (28)		16:15	16:45 - 17:10	17:10 - 20:20	20:40
			20 minutes	14 min échauf + 31.5 min compé	
<b>Échauffement sur plateau de compétition</b>					
SAUT	Gadbois (2)	Gym-Fly (2)	Envol de Lévis (3)		
BARRES	Gymini (2)	Équilibrix (1)	Gymnacentre (1)	Wimgym (3)	
POUTRE	Gymnix (6)	Gym Express (1)			
SOL	Gym-Plus (2)	Saguenay (1)	Zénith (3)	Unigym (1)	

### DIMANCHE - 19 MARS 2023

#### SESSION 4

CATÉGORIE		ARRIVÉE	ÉCHAUF GÉNÉRAL	COMPÉTITION	REMISE
N10 16+ (28)		7:45	8:00 - 8:20	8:25 - 11:35	11:50
			20 minutes	14 min échauf + 31.5 min compé	
<b>Échauffement sur plateau de compétition</b>					
SAUT	Gadbois (2)	Envol de Lévis (1)	Gymnacentre (3)	Gym-Plus (1)	
BARRES	Wimgym (5)	Saguenay (1)	Shergym (1)		
POUTRE	Unigym (3)	Viagym (1)	Dynamix (2)	Réflexes (1)	
SOL	Gymnamic (1)	Qc Perfo (4)	Gym-Richelieu (1)	Laval Excellence (1)	