



**Évaluation régionale - RIVE-SUD
DYNAMIX - 3 décembre 2023**

**Format de compétition : capital cup*

1471, boul. Lionel-Boulet, suite 15, Varennes, Qc

DIMANCHE, 3 décembre

Session 5

Catégories (9 Athlètes)		Arrivée	Échauffement général	Marche d'entrée	Compétition	Remises protocolaires
Défi 1 (5)	Dynamix	7h45	8h-8h10 10 minutes	8h10 - 8h15	8h20 - 9h50 90 minutes	9h55-10h05
Défi 1 (4)	Imagym					

Échauffement sur plateau de compétition

Sol (acro)	Dynamix	Léon	Kane	Vincent	Léo	Elliot
Arçons						
Anneaux						
Saut	Imagym	Charles	Mannix	Alexi	Cameron	
Barres Parallèles						
Fixe						
Artistique (sol)						

DIMANCHE, 3 décembre

Session 6

Catégories (9 Athlètes)		Arrivée	Échauffement général	Marche d'entrée	Compétition	Remises protocolaires
Défi 1 (5)	Dynamix	9h40	9h50 - 10h 10 minutes	10h - 10h05	10h10 - 11h40 90 minutes	11h45-11h55
Défi 1 (4)	Imagym					

Échauffement sur plateau de compétition

Sol (acro)	Dynamix	Henri	Emile	William	Antoine	Paul
Arçons						
Anneaux						
Saut	Imagym	Samuel	Maverick	Mavrek	Jacob	Eddward
Barres Parallèles						
Fixe						
Artistique (sol)						

Dîner des évaluateurs : 11h50 à 12h30