

SAMEDI - 13 DÉCEMBRE 2025

GAF - SESSION 1

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 15+ A (30)	N8 13-14 (33)	7:45	8:00 - 8:20 20 minutes	8:25 - 11:45 49 min / rotation	12:00
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gym-Fly (1)	Excel Gym (1)	Unigym (5)		
BARRES	Gymnix (5)	Dynamix (3)			
POUTRE	Wimgym (5)	Gym TRM (3)			
SOL	Gym-Richelieu (4)	Mégagym (3)			
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Ionix (1)	Laval Excellence (2)	Zénith (1)	Gymnamic (3)	Envol de Lévis (2)
BARRES	Hirondelles (2)	Gymnix (1)	Sher-Gym (1)	Réflexes (1)	Viagym (2)
POUTRE	Campiagile (4)	Équilibrix (2)	Jeune Aire (1)		Qc Perfo (1)
SOL	Gym-Richelieu (3)	Imagym (2)	Gadbois (2)	Gymnika (2)	

GYM TRM - BARRES A	
COUTURE	Noémie
DONTIGNY	Alexia
JACOB	Jade

↳ Rosanne, Anna

PAUSE DES OFFICIELS - 11H45 À 12H35

SAMEDI - 13 DÉCEMBRE 2025

GAF - SESSION 2

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 15+ B (24)	N8 11-12 (9) N10 12-15 (9)	11:55	12:10 - 12:30 20 minutes	12:35 - 14:45 33 min / rotation	15:00
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Ionix (2)	Gymnamic (3)	Campiagile (1)		
BARRES	Hirondelles (5)	Jeune Aire (1)			
POUTRE	Réflexes (3)	Équilibrix (1)	Viagym (2)		
SOL	Qc Perfo (6)				
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gym-Fly (2)	Envol de Lévis (2)	Zénith (1)		
BARRES	Gym-Richelieu (1)	Gym-Richelieu (1)	Excel Gym (1)	Gymnix (2)	
POUTRE	Imagym (1)	Dynamix (1)	Wimgym (2)		
SOL	Unigym (1)	Mégagym (2)	Bois-Francis (1)		

↳ Laura

SAMEDI - 13 DÉCEMBRE 2025

GAF - SESSION 3

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 15+ C (27)	N9 11-14 (25)	14:35	14:50 - 15:10 20 minutes	15:15 - 17:50 38 min / rotation	18:05
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Imagym (7)				
BARRES	Gadbois (3)	Bois-Francis (3)			
POUTRE	Gymini (2)	Gym Saguenay (5)			
SOL	Gym-Plus (5)	Flippgym (2)			
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymnamic (1)	Zénith (1)	Gymnix (3)	Unigym (1)	
BARRES	Gym TRM (1)	Qc Perfo (3)	Mégagym (1)	Dynamix (1)	
POUTRE	Gym-Richelieu (3)	Wimgym (4)			
SOL	Laval Excellence (5)	Envol de Lévis (1)			

IMAGYM - SAUT A	
David	Amélie
Landry	Rose
Bourgogne	Agathe
Groulx	Daphnée
Héroux	Naomie
Dubé	Camille
Massari	Alexia

PAUSE DES OFFICIELS - 17H50 À 18H40

SAMEDI - 13 DÉCEMBRE 2025

GAF - SESSION 4

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE
N8 15+ D (24)	N10 16+ (25)	18:00	18:15 - 18:35 20 minutes	18:40 - 21:15 38 min / rotation	21:30
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Envol de Lévis (2)	Gymkara (1)	Voltige (3)		
BARRES	Gym TRM (5)	Baie-Comau (1)			
POUTRE	Asymétriques (2)	Barany (1)	Imagym (2)	Gymnika (1)	
SOL	Hopla (2)	Gymnigan (1)	Dymagym (1)	Gym Express (1)	Gymnacentre (1)
PLATEAU B - Échauffement sur plateau de compétition					
SAUT	Gymini (1)	Zénith (2)	Laval Excellence (1)	Bois-Francis (1)	Unigym (1)
BARRES	Gymnix (3)	Qc Perfo (3)	Équilibrix (1)		
POUTRE	Dynamix (2)	Réflexes (2)	Sher-Gym (1)	Gym-Richelieu (1)	
SOL	Wimgym (2)	Gym-Plus (2)	Gymnamic (1)	Gadbois (1)	

IMAGYM - SAUT A		GYM TRM - BARRES A	
Bourdeau	Lucie	LEBLANC	Félicia
Bourdeau	Alexia	NOLASCO-GAUDREAU	Mia
		PRATTE	Victoria
		PRIMARD	Kallyann
		SIMARD	Raphaëlle

Version 1

DIMANCHE - 14 DÉCEMBRE 2025						
GAF - SESSION 5						
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE
N9 15+ (37)		8:20	8:35 - 8:55	9:00 - 12:40		12:55
			20 minutes	38 min / rotation		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition						
SAUT	Gymnix (6)	Ionyx (2)				8
BARRES	Qc Perfo (5)	Gymnika (2)	Sher-Gym (1)			8
BY/REPOS	Gymnaska-Vol (2)	Gym-Richelieu (2)	Gym-Fly (1)	Excel Gym (1)	Envol de Lévis (1)	7
POUTRE	Laval Excellence (6)	Imagym (1)	Zamiska			7
SOL	Wimgym (3)	Dynamix (2)	Gymini (1)	Hopla (1)		7
PAUSE DES OFFICIELS - 12H40 À 13H30						

37

DIMANCHE - 14 DÉCEMBRE 2025						
GAF - SESSION 6						
PLATEAU A		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE
Espoir 1 (11)	Nov.(3)+JR (2)+SR(3)	12:50	13:05 - 13:25	13:30 - 16:40		16:55
Espoir 2 (9)	Nat. Ouvert (5)		20 minutes	38 min / rotation		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau de compétition						
SAUT	Gym-Richelieu (4)	Sher-Gym (2)	Hirondelles (1)			7
BARRES	Laval Excellence (4)	Laval Excellence (2)	Gym-Plus (1)			7
BY/REPOS	Équilibrix (1)	Équilibrix (1)	Qc Perfo (2)	Gymnamic (1)	Gym Saguenay (1)	6
POUTRE	Qc Perfo (3)	QC Perfo (1)	Gymnamic (1)	Gymnamic (1)	Gymini (1)	8
SOL	Gym TRM (1)	Gym Saguenay (1)	Gym-Richelieu (1)	Laval Excellence (1)	Réflexes (1)	5