



HORAIRE GAF CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS 2020 - VERSION 1.0

VENDREDI 24 AVRIL 2020						
	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE
F-1	Espoir 2 (14)	JO 9 11-13 ans (28)	7:15	7:30 - 7:50	8:30 - 11:50	12:05
				20 min	50 min / rotation	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT						7
BARRES						7
POUTRE						0
SOL						0
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT						7
BARRES						7
POUTRE						7
SOL						7

14

28

DÎNER DES OFFICIELS 11:50 à 13:05

VENDREDI 24 AVRIL 2020

F-2	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	ÉCH.DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
	JO 9 14-15 (28)	JO 9 16 + (28)	11:00	11:40 - 12:00	12:00 - 13:00	13:05 - 15:30	15:45
			20 min	15 min. / engin	35 min. / rotation		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)							
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7

28

28

VENDREDI 24 AVRIL 2020

F-3	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE
	JO 10 16 + (27)	JO 10 12-15 ans (22)	14:45	15:20 - 15:40	15:45 - 19:05	Aucune
			20 min	50 min / rotation		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT						6
BARRES						7
POUTRE						7
SOL						7
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT						5
BARRES						5
POUTRE						6
SOL						6

27

22

SAMEDI 25 AVRIL 2020

SAMEDI 25 AVRIL 2020							
F-5	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE	
	Espoir 1 (29)	JO8 11-12 ans (27)	7:00	7:10 - 7:30	07:40 - 11:00	11:15	
				20 min	50 min / rotation		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT							8
BARRES							8
POUTRE							8
SOL							8
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B sauf pour le sol)							
SAUT							8
BARRES							8
POUTRE							8
SOL							8

32

32

DÎNER DES OFFICIELS (10:50 - 12:25)

SAMEDI 25 AVRIL 2020

SAMEDI 25 AVRIL 2020							
F-6	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	ÉCH.DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE
	HP	JO8 13-14 ans (32)	10:00	11:10 - 11:30	11:30 - 12:18	12:20 - 14:35	14:50 (JO8)
				20 min	12 min / engin	36 min / rotation	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							

SAUT							6		
BARRES							6		
POUTRE							6		
SOL							5	23	
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B sauf pour le sol)									
SAUT							8		
BARRES							8		
POUTRE							8		
SOL							8	32	

SAMEDI 25 AVRIL 2020								
F-7	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE		
	JO7 11-12 ans (32)	JO8 15+ (32)	13:30	14:05 - 14:25	14:50 - 18:20	18:35		
				20 min	52 min / rotation			
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)								
SAUT							8	
BARRES							8	
POUTRE							8	
SOL							8	32
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B sauf pour le sol)								
SAUT							8	
BARRES							8	
POUTRE							8	
SOL							8	32

SOUPER DES OFFICIELS 18:20 à 19:20

SAMEDI 25 AVRIL 2020

F-8							
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	ÉCH.DIRIGÉ	COMPÉTITION	REMISE	
JO7 13-14 ans (32)	JO7 15 ans + (32)	17:30	18:10 - 18:30	18:30 - 19:18	19:20 - 21:20	21:35	
			20 min	12 min / engin	28 min / rotation		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT							8
BARRES							8
POUTRE							8
SOL							8
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT							8
BARRES							8
POUTRE							8
SOL							8
							32
							32

DIMANCHE 26 AVRIL 2020							
F-9							
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE		
JO 9 11-13 ans (28)		8:00	8:30 - 8:50	8:30 - 11:50	12:05		
			20 min	50 min. / rotation			
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B sauf pour le sol)							
SAUT							0
BARRES							0
POUTRE							0
SOL							0
							28
							0

DINER DES OFFICIELS 11:50 À 12:50

DIMANCHE 26 AVRIL 2020

F-10	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	Capital Cup	REMISE
	JO 10 16 + (27)	JO 10 12-15 ans (22)	12:00	12:30 - 12:50	12:50 - 16:30	16:45
			20 min	50 min. / rotation		
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT						6
BARRES						7
POUTRE						7
SOL						7
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B sauf pour le sol)						
SAUT						5
BARRES						5
POUTRE						6
SOL						6

27

22

