

VENDREDI 29 AVRIL 2022							
SESSION 1							
F1	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE	
		JO9 14+ (36)		8:05	8:25 - 8:45 20 min	9:00 - 12:20 18 min (Échauffement) + 32 min (compétition)	Aucune
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT	Gym TRM (3)	Gymnamic (2)	Zénith (2)	Saguenay (1)	Laval Excellence (1)		9
BARRES	Unigym (3)	Dynamix (2)	Qc Perfo (2)	Gym Express (1)	Gym-Richelieu (1)		9
POUTRE	Gymnix (3)	Équilibrix (2)	Wimgym (2)	Gymnacentre (1)	Imagym (1)		9
SOL	Gadbois (3)	Gymnika (2)	Campiagile (1)	Envol Lévis (1)	Gym-Plus (1)	Mégagym (1)	9
36							
SAUT							
BARRES							
POUTRE							
SOL							

PAUSE DES OFFICIELS - 12H20 À 13H20
DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS

VENDREDI 29 AVRIL 2022							
SESSION 2							
F2	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE	
		JO10 16+ (22)		12:30	12:55 - 13:15 20 min	13:20 - 16:05 15 min (Échauffement) + 24 min (compétition)	Aucune
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)							
SAUT	Envol Lévis (2)	Gym-Plus (2)	Shergym (2)				6
BARRES	Wimgym (5)	Saguenay (1)					6
POUTRE	Unigym (2)	Gymnacentre (1)	Viagym (1)				4
SOL	Wimgym (5)	Réflexes (1)					6
22							
SAUT							
BARRES							
POUTRE							
SOL							

WIMGYM - BARRES		WIMGYM - SOL	
Pinard	Samuelle	Cadrin	Emmanuelle
Remarais	Coralie	Exarhakos	Zoe
St-Aubin	Florence	Faith	Sarah
Vallée	Magalie	Lawson	Kahlyn
Zlobec	Sevika	Lee	Kristianna

PAUSE DES OFFICIELS - 16H05 À 16H30
DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS

VENDREDI 29 AVRIL 2022								
SESSION 3								
F3	PLATEAU A*	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE		
		JO 9 11-13 (5)	HP (18)	15:45	16:10 - 16:30 20 min	16:35 - 18:55 12 min (Échauffement) + 23 min (compétition)	Aucune	
		JO10 12-15 (5)						
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)								
SAUT	<del>Qc Perfo (1)</del>	Qc Perfo (1)	Shergym (1)	Réflexes (2)	Viagym (1)		5	
BARRES	Gymnix (2)	Unigym (2)	Unigym (1)	<del>Gym-Richelieu (1)</del>			5	
POUTRE							0	
SOL							10	
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)								
SAUT	Gymnacentre (2-JR)	Gym-Fly (1-JR/1-NO)	Gymnamic (1-NO)	Qc Perfo (1-JR/1-NO)			7	
BARRES	Gadbois (1-SR/2-NO)	Équilibrix (1-NO)	Gym-Richelieu (2-NO)				6	
POUTRE	Unigym (1-JR/1-NO/3-SR)	Laval Ex. (1-NO)					6	
SOL							19	

\* Les officiels suivront les catégories respectives et les athlètes compétitionneront sur les appareils en alternance (Saut-Barres/Barres-Saut + Poutre-Sol/Sol-Poutre).

DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS
------------------------------

**SAMEDI 30 AVRIL 2022**

**SESSION 4**

F4	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO7 11-12 (28)	JO7 15+ A (28)	7:15	7:30 - 7:50	7:55 - 10:05	JO7 11-12 : 10:15 JO7 15+ : 13:45
				20 min	11 min (Échauffement) + 21 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymnix (4)	Gym-Plus (1)	Unigym (2)			7
BARRES	Gym-Richelieu (3)	Imagym (1)	Zénith (2)	Wimgym (1)		7
POUTRE	Qc Perfo (1)	Shergym (3)	Gymini (1)	Gymnika (1)	Réflexes (1)	7
SOL	Gadbois (3)	Saguenay (1)	Impulsion (1)	Laval Excellence (1)	Viagym (1)	7
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gymnix (1)	Gym-Plus (2)	Unigym (1)	Hopla (1)	Drummond Gym (1)	Rikigym (1)
BARRES	Gym-Richelieu (2)	Imagym (3)	Zénith (1)	Wimgym (1)		7
POUTRE	Qc Perfo (4)	Shergym (1)	Gymini (2)			7
SOL	Gadbois (1)	Saguenay (2)	Impulsion (2)	Équilibrix (1)	Gymbly (1)	7

**PAUSE DES OFFICIELS - 10H05 À 10H35**

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**

**SAMEDI 30 AVRIL 2022**

**SESSION 5**

F5	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ECH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO8 13-14 (28)	JO7 15+ B (28)	9:45	10:10 - 10:30	10:35 - 13:05	JO8 13-14 : 13:30 JO7 15+ : 13:45
				20 min	14 min (Échauffement) + 24 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Mégagym (1)	Hopla (1)	Envol Lévis (1)	Gym-Richelieu (2)	Réflexes (1)	Zénith (1)
BARRES	Unigym (3)	Gymini (2)	Campigile (1)	Laval Excellence (1)		
POUTRE	Dynamix (1)	Gymnika (2)	Gym-Fly (1)	Gym-Plus (1)	Imagym (1)	Qc Perfo (1)
SOL	Gymnix (6)	Gym TRM (1)				
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Mégagym (1)	Hopla (1)	Envol Lévis (1)	Gymnamic (3)	Gymnacentre (1)	
BARRES	Gymkara (4)	Excel Gym (3)				
POUTRE	Dynamix (3)	Rikigym (1)	Voltige (1)	Gymnitours (1)	Gymnaska-Vol. (1)	Baie Comeau (1)
SOL	Hirondelles (5)	Gym TRM (2)				

**PAUSE DES OFFICIELS - 13H05 À 14H05**

**DÉSINFECTION DES EQUIPEMENTS**

**SAMEDI 30 AVRIL 2022**

**SESSION 6**

F6	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO7 13-14 A (24)	JO8 15+ A (24)	13:15	13:40 - 14:00	14:05 - 16:20	JO7 13-14 : 19:15 JO8 15+ : 19:30
				20 min	12 min (Échauffement) + 21 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gym-Plus (2)	Réflexes (3)	Bois-Francis (1)	Gymnamic (1)		
BARRES	Wimgym (4)	Gymnaska-Vol. (1)	Impulsion (1)			
POUTRE	Unigym (4)	Dynamix (2)				
SOL	Gymnix (3)	Saguenay (3)				
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gym-Plus (6)					
BARRES	Wimgym (2)	Gymnaska-Vol. (2)	Hirondelles (2)			
POUTRE	Unigym (1)	Dynamix (1)	Gymnamic (4)			
SOL	Gymnix (3)	Saguenay (2)	Magny-Gym (1)			

**PAUSE DES OFFICIELS - 16H20 À 16H55**

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**

**SAMEDI 30 AVRIL 2022**

**SESSION 7**

F7	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO7 13-14 B (24)	JO8 15+ B (24)	16:10	16:25 - 16:45	16:50 - 19:00	JO7 13-14 : 19:15 JO8 15+ : 19:30
				20 min	12 min (Échauffement) + 21 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymbly (3)	Hopla (1)	Campigile (2)			
BARRES	Gymnacentre (5)	Équilibrix (1)				
POUTRE	Gymnika (2)	Viagym (1)	Impulsion (2)	Mégagym (1)		
SOL	Voltige (1)	Gymini (1)	Gym-Richelieu (2)	Gym Express (1)	Shergym (1)	
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gymbly (1)	Hopla (3)	Baie Comeau (1)	Drummond Gym (1)		
BARRES	Zénith (5)	Équilibrix (1)				
POUTRE	Gymnika (1)	Viagym (2)	Envol Lévis (1)	Gym TRM (1)	Imagym (1)	
SOL	Voltige (2)	Gymini (1)	Qc Perfo (2)	Laval Excellence (1)		

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**

**DIMANCHE 1 MAI 2022**

**SESSION 8**

F8	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	Espoir 1 (13)	JO8 11-12 (9)	7:15	7:30 - 7:50	7:55 - 9:25	09:55
	Espoir 2 (1)	JO7 9-10 (4)		20 min	8 min (Échauffement) + 14 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	Gymnamic (3)					3
BARRES	Envol Lévis (3)	Qc Perfo (1)				4
POUTRE	Gymnix (1)	Gadbois (1)	Bois-Francis (1)			3
SOL	Wimgym (4)					4
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	Gymini (1)	Gym-Richelieu (1)	Gym-Richelieu (1)	Gymbly (1)		14
BARRES	Qc Perfo (1)	Qc Perfo (1)	Gymnacentre (1)			4
POUTRE	Gymnix (2)	Saguenay (1)				3
SOL	Laval Excellence (1)	Unigym (1)	Viagym (1)			3

**PAUSE DES OFFICIELS - 9H25 À 9H55**

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**

**DIMANCHE 1 MAI 2022**

**SESSION 9**

F9	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO9 14+ (24)	JO 9 11-13 (5)	9:10	9:30 - 9:50	9:55 - 12:10	12:20
		JO10 12-15 (5)		20 min	12 min (Échauffement) + 21 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	<i>Pige effectuée après la 1e journée de compétition.</i>					6
BARRES						6
POUTRE						6
SOL						6
PLATEAU B (échauffement sur plateau de compétition B)						
SAUT	<i>Pige effectuée après la 1e journée de compétition.</i>					24
BARRES						5
POUTRE						0
SOL						0

**PAUSE DES OFFICIELS - 12H10 À 13H10**

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**

**DIMANCHE 1 MAI 2022**

**SESSION 10**

F10	PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCH.GÉNÉRAL	CAPITAL CUP	REMISE
	JO10 16+ (22)		12:25	12:45 - 13:05	13:10 - 15:50	16:00
				20 min	15 min (Échauffement) + 24 min (compétition)	
PLATEAU A (échauffement sur plateau de compétition A)						
SAUT	<i>Pige effectuée après la 1e journée de compétition.</i>					6
BARRES						6
POUTRE						5
SOL						5
SAUT						22
BARRES						
POUTRE						
SOL						

**DÉSINFECTION DES ÉQUIPEMENTS**