



**1e Sélection des Jeux du Canada 2023**  
15 octobre 2022 - Québec Performance



Version 2

SAMEDI 15 OCTOBRE 2022				
	Plateau A 1 trampoline	Échauffement au sol		
11 h 30 à 11 h 35		<b>Arrivée - Filles Groupe 1</b>	11 h 30 à 11 h 35	
11 h 35 à 11 h 40			11 h 35 à 11 h 40	
11 h 40 à 11 h 45			11 h 40 à 11 h 45	
11 h 45 à 11 h 50			11 h 45 à 11 h 50	
11 h 50 à 11 h 55			11 h 50 à 11 h 55	
11 h 55 à 12 h 00			11 h 55 à 12 h 00	
12 h 00 à 12 h 05	<b>Filles - Groupe 1 (9)</b> Échauffement sur trampoline 40 minutes		12 h 00 à 12 h 05	
12 h 05 à 12 h 10			12 h 05 à 12 h 10	
12 h 10 à 12 h 15			12 h 10 à 12 h 15	
12 h 15 à 12 h 20			12 h 15 à 12 h 20	
12 h 20 à 12 h 25			12 h 20 à 12 h 25	
12 h 25 à 12 h 30			12 h 25 à 12 h 30	
12 h 30 à 12 h 35			12 h 30 à 12 h 35	
12 h 35 à 12 h 40			12 h 35 à 12 h 40	
12 h 40 à 12 h 45		<b>Filles - Groupe 1 (9)</b> <b>Ronde préliminaire (2 libres)</b>  <i>Dynamix (4)</i> <i>Trampoline Intercité (4)</i> <i>Viagym (1)</i>		12 h 40 à 12 h 45
12 h 45 à 12 h 50				12 h 45 à 12 h 50
12 h 50 à 12 h 55			12 h 50 à 12 h 55	
12 h 55 à 13 h 00			12 h 55 à 13 h 00	
13 h 00 à 13 h 05			13 h 00 à 13 h 05	
13 h 05 à 13 h 10		<b>Arrivée - Filles Groupe 2</b>	13 h 05 à 13 h 10	
13 h 10 à 13 h 15			13 h 10 à 13 h 15	
13 h 15 à 13 h 20			13 h 15 à 13 h 20	
13 h 20 à 13 h 25	1 passage d'échauffement		13 h 20 à 13 h 25	
13 h 25 à 13 h 30			13 h 25 à 13 h 30	
13 h 30 à 13 h 35	<b>Filles - Groupe 1 (9)</b> Ronde finale (1 libre)		13 h 30 à 13 h 35	
13 h 35 à 13 h 40			13 h 35 à 13 h 40	
13 h 40 à 13 h 45			13 h 40 à 13 h 45	
13 h 45 à 13 h 50	<b>Filles - Groupe 2 (9)</b> Échauffement sur trampoline 40 minutes		13 h 45 à 13 h 50	
13 h 50 à 13 h 55			13 h 50 à 13 h 55	
13 h 55 à 14 h 00			13 h 55 à 14 h 00	
14 h 00 à 14 h 05			14 h 00 à 14 h 05	
14 h 05 à 14 h 10			14 h 05 à 14 h 10	
14 h 10 à 14 h 15			14 h 10 à 14 h 15	
14 h 15 à 14 h 20			14 h 15 à 14 h 20	
14 h 20 à 14 h 25			14 h 20 à 14 h 25	



# 1e Sélection des Jeux du Canada 2023

15 octobre 2022 - Québec Performance



Version 2

SAMEDI 15 OCTOBRE 2022				
	Plateau A 1 trampoline	Échauffement au sol		
14 h 25 à 14 h 30	<b>Filles - Groupe 2 (8)</b> <b>Ronde préliminaire (2 libres)</b>  <i>Virtuose (5)</i> <i>Zénith (1)</i> <i>Québec Performance (2)</i>		14 h 25 à 14 h 30	
14 h 30 à 14 h 35			14 h 30 à 14 h 35	
14 h 35 à 14 h 40			14 h 35 à 14 h 40	
14 h 40 à 14 h 45			14 h 40 à 14 h 45	
14 h 45 à 14 h 50			14 h 45 à 14 h 50	
14 h 50 à 14 h 55			<b>Arrivée - Gars</b>	14 h 50 à 14 h 55
14 h 55 à 15 h 00				14 h 55 à 15 h 00
15 h 00 à 15 h 05			1 passage d'échauffement	15 h 00 à 15 h 05
15 h 05 à 15 h 10	<b>Filles - Groupe 2 (8)</b> <b>Ronde finale (1 libre)</b>	15 h 05 à 15 h 10		
15 h 10 à 15 h 15		15 h 10 à 15 h 15		
15 h 15 à 15 h 20		15 h 15 à 15 h 20		
15 h 20 à 15 h 25		15 h 20 à 15 h 25		
15 h 25 à 15 h 30	<b>Gars (11)</b> <b>Échauffement sur trampoline</b> <b>55 minutes</b>	15 h 25 à 15 h 30		
15 h 30 à 15 h 35		15 h 30 à 15 h 35		
15 h 35 à 15 h 40		15 h 35 à 15 h 40		
15 h 40 à 15 h 45		15 h 40 à 15 h 45		
15 h 45 à 15 h 50		15 h 45 à 15 h 50		
15 h 50 à 15 h 55		15 h 50 à 15 h 55		
15 h 55 à 16 h 00		15 h 55 à 16 h 00		
16 h 00 à 16 h 05		16 h 00 à 16 h 05		
16 h 05 à 16 h 10		16 h 05 à 16 h 10		
16 h 10 à 16 h 15		16 h 10 à 16 h 15		
16 h 15 à 16 h 20		16 h 15 à 16 h 20		
16 h 20 à 16 h 25	16 h 20 à 16 h 25			
16 h 25 à 16 h 30	<b>Gars (10)</b> <b>Ronde préliminaire (2 libres)</b>  <i>Dynamix (3)</i> <i>Gymnitours (1)</i> <i>Québec Performance (3)</i> <i>Acrobatique l'Étoile (1)</i> <i>Virtuose (3)</i>	16 h 25 à 16 h 30		
16 h 30 à 16 h 35		16 h 30 à 16 h 35		
16 h 35 à 16 h 40		16 h 35 à 16 h 40		
16 h 40 à 16 h 45		16 h 40 à 16 h 45		
16 h 45 à 16 h 50		16 h 45 à 16 h 50		
16 h 50 à 16 h 55		16 h 50 à 16 h 55		
16 h 55 à 17 h 00		16 h 55 à 17 h 00		
17 h 00 à 17 h 05		17 h 00 à 17 h 05		
17 h 05 à 17 h 10		17 h 05 à 17 h 10		
17 h 10 à 17 h 15		17 h 10 à 17 h 15		
17 h 15 à 17 h 20	17 h 15 à 17 h 20			
17 h 20 à 17 h 25	17 h 20 à 17 h 25			
17 h 25 à 17 h 30	1 passage d'échauffement	17 h 25 à 17 h 30		
17 h 30 à 17 h 35	<b>Gars (10)</b> <b>Ronde finales (2 libres)</b>	17 h 30 à 17 h 35		
17 h 35 à 17 h 40		17 h 35 à 17 h 40		
17 h 40 à 17 h 45		17 h 40 à 17 h 45		
17 h 45 à 17 h 50		17 h 45 à 17 h 50		
17 h 50 à 17 h 55		17 h 50 à 17 h 55		
17 h 55 à 17 h 55		17 h 50 à 17 h 55		