CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF
Campiagile - 26 au 28 avril 2024

Version Provisoire

VENDREDI - 26 AVRIL 2024

GAF - SESSION 1

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N9 11-14 (16)		9:20	9:35 - 9:55	10:00 - 12:15		*À confirmer*	
N10 12-15 (6)			20 min	33 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT	N10 12-15 (6)						6
BARRES	N9 11-14 (6)						6
POUTRE	N9 11-14 (5)						5
SOL	N9 11-14 (5)						5
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							22
SAUT							0
BARRES							0
POUTRE							0
SOL							0
							0

VENDREDI - 26 AVRIL 2024

GAF - SESSION 2

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N9 15+ (32)	N8 15+ A (24)	12:35	12:50 - 13:10	13:15 - 16:30		*À confirmer*	
			20 min	48 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT							8
BARRES							8
POUTRE							8
SOL							8
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							32
SAUT							6
BARRES							6
POUTRE							6
SOL							6
							24

VENDREDI - 26 AVRIL 2024

GAF - SESSION 3

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N10 16+ (28)	N8 15+ B (24)	16:50	17:05 - 17:25	17:30 - 20:55		*À confirmer*	
			20 min	41 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT							6
BARRES							6
BY/REPOS							6
POUTRE							6
SOL							6
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							30
SAUT							6
BARRES							6
POUTRE							6
SOL							6
							24

PROVISOIRE

CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF
Campiagile - 26 au 28 avril 2024

Version Provisoire

SAMEDI - 27 AVRIL 2024

GAF - SESSION 4

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N7 9-10 (16)	N7 11-12 (28)	7:15	7:30 - 7:45	7:50 - 10:35		*À confirmer*	
N8 11-12 (10)			15 min	40 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT	N7 9-10 (8)						8
BARRES	N7 9-10 (8)						8
POUTRE	N8 11-12 (5)						5
SOL	N8 11-12 (5)						5
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							26
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7
							28

SAMEDI - 27 AVRIL 2024

GAF - SESSION 5

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N7 15+ A (28)	N7 13-14 A (24)	10:30	10:45 - 11:00	11:05 - 13:15		*À confirmer*	
			15 min	31,5 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							28
SAUT							6
BARRES							6
POUTRE							6
SOL							6
							24

SAMEDI - 27 AVRIL 2024

GAF - SESSION 6

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE	
N7 15+ B (28)	N7 13-14 B (24)	13:40	13:55 - 14:10	14:15 - 16:25		*À confirmer*	
			15 min	31,5 min / rot.			
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A							
SAUT							7
BARRES							7
POUTRE							7
SOL							7
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A							28
SAUT							6
BARRES							6
POUTRE							6
SOL							6
							24

PROVISOIRE

CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF
Campiagile - 26 au 28 avril 2024

Version Provisoire

SAMEDI - 27 AVRIL 2024

GAF - SESSION 7

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE	
N8 13-14 (28)	Jeunesse (5)	16:45	17:00 - 17:20	17:25 - 20:25	*À confirmer*	
	HP		20 min	44,5 min / rot.		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A						
SAUT						7
BARRES						7
POUTRE						7
SOL						7
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A						28
SAUT	Jeunesse (5)					5
BARRES	HP					0
POUTRE						0
SOL						0
						5

DIMANCHE - 28 AVRIL 2024

GAF - SESSION 8

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE	
N9 15+ (32)		7:35	7:50 - 8:10	8:15 - 11:15	*À confirmer*	
			20 min	44 min / rot.		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A						
SAUT						8
BARRES						8
POUTRE						8
SOL						8
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A						32
SAUT						0
BARRES						0
POUTRE						0
SOL						0
						0

DIMANCHE - 28 AVRIL 2024

GAF - SESSION 9

PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP	REMISE	
N9 11-14 (16)		11:25	11:40 - 12:00	12:05 - 14:20	*À confirmer*	
N10 12-15 (6)			20 min	44,5 min / rot.		
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A						
SAUT	N9 11-14 (5)					6
BARRES	N9 11-14 (5)					5
POUTRE	N10 12-15 (6)					5
SOL	N9 11-14 (6)					6
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A						22
SAUT						0
BARRES						0
POUTRE						0
SOL						0
						0

PROVISOIRE

CHAMPIONNATS QUÉBÉCOIS GAF
Campiagile - 26 au 28 avril 2024

Version Provisoire

DIMANCHE - 28 AVRIL 2024						
GAF - SESSION 10						
PLATEAU A	PLATEAU B	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	COMPÉTITION - CAPITAL CUP		REMISE
N10 16+ (28)		14:15	14:30 - 14:50 20 min	14:55 - 17:45 33 min / rot.		*À confirmer*
PLATEAU A - Échauffement sur plateau A + Compétition sur plateau A						
SAUT						6
BARRES						6
BY/REPOS						6
POUTRE						6
SOL						6
PLATEAU B - Échauffement sur plateau B + Compétition sur plateau A						30
SAUT						0
BARRES						0
POUTRE						0
SOL						0
						0

PROVISOIRE