



1^e ÉVALUATION DÉFI PROVINCIAL STR

Dynamix - 14 et 15 novembre 2026



Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

Version 2

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026						
SESSION 1 - STR						
DÉFI 1 A (10)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	30 minutes	30 minutes
GROUPE A - TR	Dynamix (2)	Viagym (3)	8:15	8:30 - 8:45	8:45 - 9:15	9:15 - 9:45
GROUPE B - ACRO	Dynamix (2)	Excel Gym (3)				

Dynamix A : Abby, Elie

Viagym A : Christina, Laurie, Nadine

Dynamix B : Évelyn, Léane

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026						
SESSION 2 - STR						
DÉFI 1 B (11)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	30 minutes	30 minutes
GROUPE A - TR	Dynamix (2)	Viagym (4)	9:30	9:45 - 10:00	10:00 - 10:30	10:30 - 11:00
GROUPE B - ACRO	Dynamix (2)	Qc Perfo (3)				

Dynamix A : Malaika Anaëlle, Marion

Viagym : Naomie, Noémie, Zaélie Michèle, Abraham

Dynamix B : Kane, Wesley

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026						
SESSION 3 - STR						
DÉFI 2 A (9)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	35 minutes	35 minutes
GROUPE A - TR	Qc Perfo (4)		10:45	11:00 - 11:15	11:15 - 11:50	11:50 - 12:25
GROUPE B - ACRO	Viagym (3)	Viagym (2)				

Viagym 2 : Lyvia, Maelys

Viagym 3 : Tommaso, Viviana, Marie-Elle

PAUSE DES ÉVALUATEURS - 12H25 À 13H10

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026					
SESSION 4 - STR					
Défi 2 B (7)	CLUB	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
			15 minutes	30 minutes	30 minutes
GROUPE A - TR	Viagym (3)	12:40	12:55 - 13:10	13:10 - 13:40	13:40 - 14:10
GROUPE B - ACRO	Dynamix (4)				

Viagym : Jamie, Clara, Charlie, Béatrice



1^e ÉVALUATION DÉFI PROVINCIAL STR

Dynamix - 14 et 15 novembre 2026



Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

Version 2

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026					
SESSION 5 - STR					
Défi 3 A (10)	CLUB	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
			15 minutes	35 minutes	35 minutes
GROUPE A - TR	Viagym (4)	13:50	14:10 - 14:25	14:25 - 15:00	15:00 - 15:35
GROUPE B - ACRO	Dynamix (6)				

Dynamix : Médéric, Matis, Ayden, Mia, Jeanne, Aurélie

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

SAMEDI - 14 NOVEMBRE 2026						
SESSION 6 - STR						
DÉFI 3 B (3)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
DÉFI 4 A (8)				15 minutes	35 minutes	35 minutes
GROUPE A - TR	Dynamix (2)	Dynamix (4)	15:40	15:35 - 15:50	15:50 - 16:25	16:25 - 17:00
GROUPE B - ACRO	Viagym (4)	Excel Gym (1)				

Dynamix : Théo, Olivier J

Viagym : Alycia, Charly, Elizabeth, Lauralie

Dynamix : Béatrice, Félicia, Gabrielle, Ezekiel

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

DIMANCHE - 15 NOVEMBRE 2026						
SESSION 7 - STR						
DÉFI 4 B (6)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
DÉFI 5 A (6)				15 minutes	35 minutes	35 minutes
GROUPE A - TR	Viagym (4)	Dynamix (2)	8:15	8:30 - 8:45	8:45 - 9:20	9:20 - 9:55
GROUPE B - ACRO	Dynamix (6)					

Viagym : Maggie, Raphaëlle, Romy, Rose

Dynamix : Rosalie, Ruphus

Rappel : En tout temps, l'échauffement peut être devancé à l'heure d'arrivée des athlètes.

DIMANCHE - 15 NOVEMBRE 2026					
SESSION 8 - STR					
DÉFI 5 B (5)	CLUB	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
DÉFI 6 (3)			15 minutes	30 minutes	30 minutes
GROUPE A - TR	Viagym (5)	9:40	9:55 - 10:10	10:10 - 10:40	10:40 - 11:10
GROUPE B - ACRO	Dynamix (3)				