

AM

Circuit régional - Samedi 24 mars 2018 -

BLOC # 1 - CR3 de base tyro A (25) **Format Standard**

Format		Standard			
Arrivée 7h00	Échauffement Général 7h05 à 7h20	Échauffement Dirigé 7h20 à 7h50	Compétition 7h50 à 8h50	Remise 9h00	
	15 minutes	5 minutes par rotation	10 minutes par rotation		
A (4)	B (4)	C (3)	D (4)	E (4)	F (4)
Gymnix A (4)	Flippgym A (4)	Flex-Art A (3) Flippgym B (2)	Flex-Art B (4)	Gadbois A (4)	Gymnacentre A (4)

ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING	
7h50 - 8h00	1	A	B	C	D	E	F
8h00 - 8h10	2	F	A	B	C	D	E
8h10 - 8h20	3	E	F	A	B	C	D
8h20 - 8h30	4	D	E	F	A	B	C
8h30 - 8h40	5	C	D	E	F	A	B
8h40 - 8h50	6	B	C	D	E	F	A

Gymnix A
Djelhani-Nala Dorsainville
Clara Mainville
Manon Selosse
Miliana Bruni

Flippgym A
Loriane Chaisson
Laetitia Jean-Gilles
Laurence Pelletier
Marie-Félix Lapointe

Flex-Art A
Lauren Gurberg
Emily Seidenfeld
Rylee Manix
Flippgym B
Camille Lebourg
Ariane Tremblay

Flex-Art B
Antonella Laporta
Alexia Laporte
Jenna Hagley-Hughes
Alice Lalonde

Gadbois A
Harmony Galang
Gabrielly Rinfret
Sofia Goodall
Effie Polymenakos

Gymnacentre A
Bianca Catalozzi
Élisabeth Longpré
Eva Zhdanovitch
Maeva Chiarore

BLOC # 2 - CR3 de base tyro B (27) Capital Cup

Arrivée 8h50	Échauffement Général 9h00 - 9h15	Compétition 9h15 - 10h27	Remise 10h35
-----------------	-------------------------------------	-----------------------------	-----------------

	15 minutes		12 minutes par rotation		
A (5)	B (4)	C (4)	D (4)	E (5)	F (5)
Gymnix B (3)	Flipgym C (4)	Flex-Art C (4)	Les Asymétriques (4)	Gadbois B (2)	Gymnacentre B (5)
Gymnigan (2)				Gymkhana (3)	

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
9h15 - 9 27	1	A	B	C	D	E	F
9h27 - 9h39	2	F	A	B	C	D	E
9h39 - 9h51	3	E	F	A	B	C	D
9h51 - 10h03	4	D	E	F	A	B	C
10h03 - 10h15	5	C	D	E	F	A	B
10h15 - 10h27	6	B	C	D	E	F	A

Gymnix B
 Laurence Mauffette-Whyte
 Sarah Vanessa Matei
 Claire Ferguson Naylor

Flipgym C
 Katrina Pinhal-Lapointe
 Oriana Spina
 Zolia Thibault-Dorval
 Emma Trudeau

Flex-Art C
 Alexia Durocher
 Hayley Winkler
 Maya Carter
 Neve Leblanc

Gabois B
 Angélique Kremerman
 Lily Kavcic-Babinski

Gymnacentre B
 Sara Moussaoui
 Clara Leblanc
 Julianne Houle
 Noémie Roy
 Arielle Mesquita

BLOC # 3 - CR3 avancé tyro (21) Format Capital Cup

Arrivée 10h20	Échauffement Général 10h35 - 10h50	Compétition 10h50 - 11h50	Remise 12h00
--------------------------------	---	--	-------------------------------

15 minutes

10 minutes par rotation

A (2)	B (4)	C (4)	D (3)	E (4)	F (4)
Flex-Art (1)	Flippgym (4)	Gadbois A (4)	Gadbois B (3)	Gymnix (4)	Gymnacentre B (4)
Gymnacentre A (1)					

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
10h50 - 11h00	1	A	B	C	D	E	F
11h00 - 11h10	2	F	A	B	C	D	E
11h10 - 11h20	3	E	F	A	B	C	D
11h20 - 11h30	4	D	E	F	A	B	C
11h30 - 11h40	5	C	D	E	F	A	B
11h40 - 11h50	6	B	C	D	E	F	A

Gymnacentre A
Liana Lévesque

Gadbois A
Victoria Dumont
Émilie Belba
Sofia Pachon
Laura Vezentan

Gadbois B
Mariam El Gamal
Léa Lachapelle-Fournier
Amber Nobrega

Gymnacentre B
Hina Noel
Emilie O'Hara
Emi Lafrance
Gaia Therriault

PM

Diner des officiels

Circuit régional - Samedi 24 mars 2018-

BLOC # 4 - CR3 de base argo A (21) Format Standart

Arrivée 11h50	Échauffement Général 12h00 - 12h15	Échauffement Dirigé 12h15 à 12h45	Compétition 12h45 à 13h45	Remise 13h55	
	15 minutes	5 min par rotation	10 minutes par rotation		
A (4)	B (5)	C (4)	D (3)	E (3)	F (2)
Flippgym A (4)	Flippgym B (5)	Gymnacentre (4)	Gadbois A (3)	Flex-Art A (3)	Gymnix A (2)

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
12h45 - 12h55	1	A	B	C	D	E	F
12h55 - 13h05	2	F	A	B	C	D	E
13h05 - 13h15	3	E	F	A	B	C	D
13h15 - 13h25	4	D	E	F	A	B	C
13h25 - 13h35	5	C	D	E	F	A	B
13h35 - 13h45	6	B	C	D	E	F	A

Flippgym A
Nina Heistek-Littlefair
Maud Lebourg
Charlotte Dufresne
Alice Talbot

Flippgym B
Rose Didier Sidorov
Lena Leffondré
Licia Rochier
Emilie Jeanne Morissatte
Imogen Rempel

Gadbois A
Catalina Vallalobos
Alessia Lajoie
Cassidy Bertucci

Flex-Art A
Corie Taylor
Sophie Ray
Elizabeth Flavell

Gymnix A
Stella Morrison
Jasmine Grégoire

BLOC # 5 - CR3 de base argo B (18) Format Capital Cup

Arrivée 13h45	Échauffement Général 13h55 - 14h10	Compétition 14h10 à 15h04	Remise 15h15		
15 minutes		9 minutes par rotation			
A (3)	B (3)	C (3)	D (4)	E (2)	F (3)
Flippym C (3)	Gadbois B (3)	Gymkhana (3)	Gymnix B (4)	Gadbois C (2)	Flex-Art B (2)
					Les Asymétriques (1)

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
14h10 - 14h19	1	A	B	C	D	E	F
14h19 - 14h28	2	F	A	B	C	D	E
14h28 - 14h37	3	E	F	A	B	C	D
14h37 - 14h46	4	D	E	F	A	B	C
14h46 - 14h55	5	C	D	E	F	A	B
14h55 - 15h04	6	B	C	D	E	F	A

Flippym C
Léana Thibault Ayala
Harriet Myhill
Stella Rose Gladu

Gadbois B
Ania Gidiuta
Liv Telio
Charlotte Henderson

Gymnix B
Audrey Freguin
Romane Gaillot
Alexandra Ferguson-Naylor
Ysis St-Jean Lanouette

Gadbois C
Ella-Rose Zentner
Norah Reubi

Flex-Art B
Lilah Rupert
Tamar Juran

BLOC # 6 - CR3 Novice avancé (17) Senior avancé (10) Spécialiste novice senior (7) --- (34) Format Capital Cup

Arrivée 15h05	Échauffement Général 15h20 à 15h35	Compétition 15h35 à 17h35	Remise 17h45		
	15 minutes	20 minutes par rotation			
A (5)	B (7)	C (6)	D (6)	E (4)	F (6)
Gymnacentre N. av. (1)	Gadbois N. av. (7)	Flippgym N. av. (2)	Gymnix N. av. (4)	Flex-Art N. av. (2)	Gadbois S. av. (3)
Gymnacentre S. av. (4)		Flippgym S. av. (1)	Gymnix S. av. (2)	Gymnigan N. av. (1)	Gadbois Sp. (3)
		Flippgym Sp. (3)		Les Asymétriques S. av. (1)	

	ROTAION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
15h35 - 15h55	1	A	B	C	D	E	F
15h55 - 16h15	2	F	A	B	C	D	E
16h15 - 16h35	3	E	F	A	B	C	D
16h35 - 16h55	4	D	E	F	A	B	C
16h55 - 17h15	5	C	D	E	F	A	B
17h15 - 17h35	6	B	C	D	E	F	A

Soir

Souper des officiels

Circuit régional - Samedi 24 mars 2018-

BLOC # 7 - CR3 de base novice (23) senior (7) + CR2 11 ans et + A (24) --- (54) Format Capital Cup

Arrivée 18h00	Échauffement Général 18h10 - 18h25	Compétition 18h25 à 20h55	Remise 21h05		
	15 minutes		25 minutes par rotation		
A (9)	B (9)	C (9)	D (9)	E (9)	F (10)
Gadbois N (6)	Gymnix N (5)	Flex Art N (3)	Flippgym N (3)	Gymnigan N (2)	Gymnacentre N (3)
Gadbois S (3)	Les Asymétriques N (1)	Gadbois CR2 (3)	Flippgym S (1)	Gymnigan S (1)	Gymnacentre S (1)
	Les Asymétriques S (1)	Les Asymétriques CR2 (3)	Flippgym CR2 (5)	Gymnigan CR2 (6)	Gymnacentre CR2 (6)
	Gymkhana CR2 (2)				

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPOLINE	POUTRE	SOL	TUMBLING
18h25 - 18h50	1	A	B	C	D	E	F
18h50 - 19h15	2	F	A	B	C	D	E
19h15 - 19h40	3	E	F	A	B	C	D
19h40 - 20h05	4	D	E	F	A	B	C
20h05 - 20h30	5	C	D	E	F	A	B
20h30 - 20h55	6	B	C	D	E	F	A

Gymkhana CR2
Amira Kebchi
Camila Cherfi

Gadbois CR2
Naria Habibzadeh Boukani
Amélie Laurin
Béatrice Ouellet

Les Asymétriques CR2
Alexandra Chapron-Triginer
Nour Sarroukh
Alexandra Roy-Blanchette

Flippgym CR2
Victoria Khrisanov
Alexandra Marchenko
Sophie Nantel
Kim Nguyen
Nina Robert De Massy

Gymnigan CR2
Julianne Millette
Amélie Caron
Mélodie Lessard
Agathe Chouinard
Marie-Fée Pellerin
Léa Gélinas

Gymnacentre CR2
Élodie Tremblay
Alissa Laporte
Laurence Tremblay
Anais Léveillé
Lorena Castella
Maeva Cordova

BLOC # 8 Défi 1 (24) Défi 2 (5) --- (29)

Arrivée 7h00	Échauffement Gén. 7h10 à 7h25	Évaluation 7h30 à 9h45		
Groupe A	Les Asymétriques A (5) D1			5
Groupe B	Gymnika A (2) D1	Shergym A (2) D1		6
Groupe C	Gymnika B (3) D2	Gymnix (1) D1		4
Groupe D	Gymnika C (3) D1	Shergym B (3) D1		6
Groupe E	Gymnika D (2) D2	Gadbois A (2) D1		4
Groupe F	Flippym A (4) D1			4

ROTATION	SAUT	TRAMPOLINE	Poutre Gymnique	BARRES	POUTRE	SOL acro et gym
1	A	B	C	D	E	F
2	F	A	B	C	D	E
3	E	F	A	B	C	D
4	D	E	F	A	B	C
5	C	D	E	F	A	B
6	B	C	D	E	F	A

Les Asymétriques A
Roxanna Martineau
Malika Bilanfany-Desbiens
Zhara Enoise
Léonie Picard
Lily Roy

Gymnika A
Aliya-Fay Bonhomme
Talia Gervais

Gymnika B
Mia Garnier
Mael Joseph
Laurianne Décary

Gymnika C
Charlie-Rose Lemire
Émilie Gagné
Anaé Faucher

Gymnika D
Émilie Cyr
Laurence Boucher

Shergym A
Allyson Dubreuil
Laurence Beaudette

Gadbois A
Téa Broomfield
Alexandra Marleau

Shergym B
Emy Burke
Marija Lablovic
Éline Audibert

Flippym A
Léna Kobayashi
Axelle Delorme
Leanne Guay-Hemery
Chloé-Luv Lucien-Louis

BLOC # 9 Défi 1(17) Défi 2 (14) --- (30)

	Arrivée 9h15	Échauffement Gén. 9h30 à 9h45	Évaluation 9h45 à 12h15		
Groupe A		Les Asymétriques B (1) D1	Les Asymétriques B (4) D2	5	
Groupe B		Gymnika E (3) D1	Shergym C (2) D1	Shergym C (1) D2	6
Groupe C		Gymnika F (2) D2	Flippgym B (3) D2	5	
Groupe D		Gymnika G (3) D1	Gymnigan (2) D1	5	
Groupe E		Gymnika H (4) D1		4	
Groupe F		Gadbois B (3) D2	Shergym D (2) D1	Shergym D (1) D2	6

ROTATION	SAUT	TRAMPOLINE	POUTRE gymnique	BARRES	POUTRE	SOL acro et gym
1	A	B	C	D	E	F
2	F	A	B	C	D	E
3	E	F	A	B	C	D
4	D	E	F	A	B	C
5	C	D	E	F	A	B
6	B	C	D	E	F	A

Les Asymétriques B
Leiny Izabel Monroy
Sabrina Kim Goncalves
Lily-Rose Harvey
Amélia Bonadonna
Adriana Nguyen Vasquez

Gymnika E
Megan Debellefeuille0Ene
Raphaëlle Charest
Alicia De Jesus

Gymnika F
Ève Labrie
Dayana Videira Kardum

Gymnika G
Nellyrose Mongrain
Maélie Baillargeon
Alice Robillard

Gymnika H
Marie-Soleil Loisel
Maria Mustipan
Victoria Salvas
Eve Presutti

Gadbois B
Mackenzie Morneau
Emmanuelle Fauchard-Piron
Léonie Singh

Flippgym B
Clara Chea
Felicia Gladu
Capucine Di Giulio

Shergym C
Ariane Nadeau
Frédérique Lortie
Maelia Boudreau

Shergym D
Lily-Rose Laflèche
Liliane Lavoie
Sara Bourabaa

BLOC # 10 - CR1 8-10 ans (26) 11+ (11) --- (37)

Arrivée 12h30	Échauffement Général 12h45 à 13h00	Compétition 13h00 à 14h30	Remise 14h40
-------------------------	--	-------------------------------------	------------------------

15 minutes			18 minutes / rotation	
A (6)	B (8)	C (8)	D (9)	E (7)
Flex-Art (6)	Gadbois A (8)	Gadbois B (8)	Gymnacentre (8)	Gymnitours (7)

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPO	POUTRE	SOL	TUMBLING
13h00 à 13h18	1	A	B	C	D	E	F
13h18 à 13h36	2	F	A	B	C	D	E
13h36 à 13h54	3	E	F	A	B	C	D
13h54 à 14h12	4	D	E	F	A	B	C
14h12 à 14h30	5	C	D	E	F	A	B

<u>Gadbois A</u>	<u>Gadbois B</u>
Raphaëlle Rinfret	Phoebe Hargreaves
Alexandra Vezentan	Juliette Marcoux
Alexa Thanassoulis	Anne-Sophie Laurin
Coco Besner	Matilde Nicolai
Ella Cipro-Seidman	Anouk Sinquin
Zen Leduc	Audrey Perras
Abigail Rotheram	Sophie Jodoin
Maxim Léa Thomas	Julianne Forest

Soir

Souper des officiels

Circuit régional - Dimanche 25 mars 2018 -

BLOC # 11 - CR2 8-10 ans (41)

Arrivée 15h00		Échauffement Général 15h15 à 15h30		Compétition 15h30 à 17h00		Remise 17h10
15 minutes			15 minutes / rotation			
A (7)	B (5)	C (7)	D (7)	E (7)	F (6)	
Flippgym A (7)	Gadbois A (5)	Gymkhana (4)	Gymnitours (7)	Les Asymétriques (4)	Gymnigan (4)	
		Flippgym B (4)		Gadbois B (3)	Gymnacentre (2)	

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPO	POUTRE	SOL	TUMBLING
15h30 - 15h45	1	A	B	C	D	E	F
15h45 - 16h00	2	F	A	B	C	D	E
16h00 - 16h15	3	E	F	A	B	C	D
16h15 - 16h30	4	D	E	F	A	B	C
16h30 - 16h45	5	C	D	E	F	A	B
16h45 - 17h00	6	B	C	D	E	F	A

Flippgym A
 Nina Brochu
 Annette Coupal
 Maelle Dujardin
 Caroline Gulino
 Romy Lhoumeau
 Isidora Ogarkova
 Mrieke Van Irsen

Flippgym B
 Laurelle Alquier
 Anna Pinto-Kelly
 Cristina Touret Almeida Santos
Chloé Bétourné

Gadbois A
 Layla Pellow
 Fiamma Kritchevski Molinié
 Eloise Chartrand-Hogue
 Liberty Broad
 Melody Leyva-Orasma

Gadbois B
 Élodie Ducharme
Takaya Buckley
Mia Gariepy

BLOC # 12 - CR2 11 ans et + B (33)

Arrivée 17h15	Échauffement Général 17h30 à 17h45	Compétition 17h45 à 19h15	Remise 19h25
-------------------------	--	-------------------------------------	------------------------

15 minutes			15 minutes / rotation		
A (7)	B (7)	C (7)	D (7)	E (6)	F (6)
Gadbois A (8)	Gadbois B (5)	Gymkhana (6)	Gymnacentre (4)	Gymnitours (6)	Flex-Art (4)

	ROTATION	SAUT	BARRES	TRAMPO	POUTRE	SOL	TUMBLING
17h30 - 17h45	1	A	B	C	D	E	F
17h45 - 18h00	2	F	A	B	C	D	E
18h00 - 18h15	3	E	F	A	B	C	D
18h15 - 18h30	4	D	E	F	A	B	C
18h30 - 18h45	5	C	D	E	F	A	B
18h45 - 19h00	6	B	C	D	E	F	A

Gadbois A
 Jessie Auchinleck
 Mia Deslongchamps
 Marie-Rachel Grosu
 Mina Ouali
 Audrey Stébenne
 Clara Marcoux
 Ophélie Tasco
 Sabrina Trempe-Delgado

Gadbois B
 Éliane Parent
 Anaëlle Riboulet
 Francesca Bitare-Hébert
 Nikole Bolpois-Simard
 Megan Kelly