

## CALENDRIER RÉGIONAL 2024-2025

Mois	Date	GAF	GAM	STR	GR	ACRO	PK	Événement	FRJQ			Région	Lieu	Personne-Contact	
									GAF	GAM	STR				
OCTOBRE 2024	1-6	X	X	X	X	X	X	La semaine de formation PNCE <i>(Au-Delà du PNCE)</i>					Sherbrooke		
	11-13														
	18-20														
	25-27														
NOVEMBRE 2024	1							FRJQ (Camp)		X		Rive-Sud	Dynamix	dulude_lysanne@outlook.fr	
	1							FRJQ (Camp)		X		Chaudière-Appalaches	Gymnamic	dg@gymnamic.org	
	9							FRJQ (Camp)			X	Montréal	Asymétriques	admin@asymetriques.com	
	15							FRJQ (Compé)	X	X		Laval	Laval Excellence	compe@lavalexcellence.ca	
	16-17							FRJQ (Camp)	X	X	X	Centre-du-Québec	Bois-Francis	cgbf@gymboisfrancs.com	
	24	R3 à R5						Sélection				Côte-Nord	Baie-Comeau	yancath@hotmail.com	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection	X			Mauricie	Gymnigan	clubgym@cssenergie.gouv.qc.ca	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection				Estrie	Bois-Francis	cgbf@gymboisfrancs.com	
	22-24	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection				Centre-du-Québec			
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection				Est-du-Québec	Rikigym	rki_gym@yahoo.ca	
	23-24	R1 à R5						Évaluation + Sélection				Montréal	Gadbois	direction@gymgadbois.com	
		R1 à R5						Sélection				Saguenay-Lac-St-Jean	Madihut	gagnes2@hotmail.com	
	29-30	Défi 1 à 3						Évaluation				Outaouais	Unigym	directricetechnique@unigyngatineau.com	
	30-1	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection	X			Rive-Sud	Gym-As	direction@gym-as.com	
Défi 1 à 3 + R1 à RR5				R1 à R5			FRJQ (Compé)	X	X		Saguenay-Lac-St-Jean	Gymnastique Saguenay	info@gymnastiquesaguenay.ca		
							Évaluation + Sélection	X		X	Richelieu-Yamaska	Gymnaska-Voltigeurs	direction@gymnaskavoltigeurs.ca		
							FRJQ (Compé)			X	Rive-Sud				
		R1 à R5						Évaluation + Sélection	X	X		Laurentides	Gym-Plus	info@gym-plus.ca	
DÉCEMBRE 2024	1	Défi 1 à 3						Évaluation				Montréal	Gymnix	clubgymnix@gymnix.com	
	2							FRJQ (Camp)	X	X	X	Sud-Ouest	Campiagile	info@campiagile.ca	
	5							FRJQ (Camp)			X	Lac-St-Louis	Gymnitours	trampoline@gymnitours.ca	
	6							FRJQ (Camp)			X	Mauricie	Trampoline Intercité	fbouffard@gmail.com	
	7							FRJQ (Compé)		X		Montréal	Centre Sablon	smaduro@centresablon.com	
	7-8	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection					Lanaudière	Gymnika	bonjour@gymnika.com
		R3 à R5						Sélection				Abitibi-Témiscamingue	Gymkara	info@gymkara.ca	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection				Mauricie	Gymnigan	clubgym@essenergie.gouv.qc.ca	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5 + Master						FRJQ (Compé)							
	6-8	Défi 1 à 3 + R1 à R5 + Master						Évaluation + Sélection				Sud-Ouest <i>(Toutes les régions)</i>	Gymini	xmascup@clubgymini.org	
	14-15	Défi 1 à 3 + R3 à R5							Évaluation + Sélection				Chaudière-Appalaches <i>(Toutes les régions)</i>	Envol-de-Lévis	info@gymenvol.com
		Défi 1 à 3 + R1-R2							Évaluation				Laurentides	Zénith	entraîneur-chef@leszenith.com
	13-15	Défi 1 à 3 + R1 à R5			R1 à R5				Évaluation + Invitation				Lac-St-Louis <i>(Toutes les régions)</i>	Jeune Aire	nancy@clubjeuneaire.com
		R1-R2							Évaluation				Bourassa		
21-22	Défi 1 à 3 + R3 à R5							Évaluation + Sélection				Chaudière-Appalaches <i>(Toutes les régions)</i>	Gymnamic	dg@gymnamic.org	
20-22	Défi 1 à 3 + R3 à R5							Évaluation + Sélection				Capitale-Nationale	Québec Performance	info@gymqperfo.com	
27-29															
JANVIER 2025	6							FRJQ (Camp)	X			Estrie	Sher-Gym	daph_27@hotmail.com	
	11							FRJQ (Camp)		X		Capitale-Nationale	Québec Performance	info@gymqperfo.com	
	17-19	R1 à R5			R1 à R5				Sélection				Lanaudière	Hopla	coordo.technique@hopla.ca
		R1 à R5							Sélection				Mauricie		
	18-19	R3 à R5							Sélection				Chaudière-Appalaches <i>(Toutes les régions)</i>	Voltige	voltige@telus.net
		R1 à R5							Évaluation + Sélection	X			Montréal	Gadbois	direction@gymgadbois.com
24-26								RV DES RÉGIONS							
30								FRJQ (Camp)		X		Lanaudière	Gymnika	gam.coordo@gymnika.com	

### CALENDRIER RÉGIONAL 2024-2025

Mois	Date	CAF	GM	STP	CP	ASPC	RV	Événement	FRJQ	Région	Club	Personne-Contact		
FÉVRIER 2025	31-2	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection	X		Lac-St-Louis	Wimgym	<a href="mailto:wimgymcup@gmail.com">wimgymcup@gmail.com</a>	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5		R1 à R5				Évaluation + Sélection			Outaouais	Unigym	<a href="mailto:directrice.technique@unigymgatineau.com">directrice.technique@unigymgatineau.com</a>	
	1-2	R3 à R5						Sélection	X		Abitibi-Témiscamingue	Gym Express	<a href="mailto:Emilie@clubgymexpress.com">Emilie@clubgymexpress.com</a>	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection			Richelieu-Yamaska	Arabesque	<a href="mailto:entraîneur.chef@gymnastiquearabesque.ca">entraîneur.chef@gymnastiquearabesque.ca</a>	
	8	R3 à R5						Sélection	X		Côte-Nord	Baie-Comeau	<a href="mailto:yancath@hotmail.com">yancath@hotmail.com</a>	
								FRJQ (Camp)	X		Bourassa	Gymkhana	<a href="mailto:clubgymkhana@hotmail.com">clubgymkhana@hotmail.com</a>	
	8-9	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection			Rive-Sud	Imagym	<a href="mailto:administration@magym.ca">administration@magym.ca</a>	
		R1 à R5 + Master			R3 à R5			Évaluation + Sélection			Est-du-Québec	Gymnoss	<a href="mailto:clubdegymnastiquesgymnoss@gmail.com">clubdegymnastiquesgymnoss@gmail.com</a>	
	15					R2 à R Ouvert ABC		Sélection		X	Capitale-Nationale	Acti-Gym	<a href="mailto:annielavallee.actigym@gmail.com">annielavallee.actigym@gmail.com</a>	
								FRJQ (Camp)	X	X	X	Abitibi-Témiscamingue	Gym Express	<a href="mailto:Emilie@clubgymexpress.com">Emilie@clubgymexpress.com</a>
	14-16	R1 à R5						Invitation			Montréal (Toutes les régions)	Rythmi Gym	<a href="mailto:rythmi.gym@srlpat.org">rythmi.gym@srlpat.org</a>	
		R1 à R5 + Master						Évaluation + Sélection			Laurentides	Méga-Gym	<a href="mailto:info@megagym.ca">info@megagym.ca</a>	
	15-16	R1 à R5			R1 à R5			Évaluation + Sélection			Sud-Ouest	Campiagile	<a href="mailto:info@campiagile.ca">info@campiagile.ca</a>	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5			R1 à R5			Évaluation + Sélection			Lanaudière	Viagym	<a href="mailto:direction.generale@viagym.org">direction.generale@viagym.org</a>	
	21-23	Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection			Richelieu-Yamaska	Acrobatique l'Étoile	<a href="mailto:aemond@clubgymetoile.com">aemond@clubgymetoile.com</a>	
R1-R2 + Défi 1 à 3							Évaluation + Sélection			Centre-du-Québec	Drummond Gym	<a href="mailto:info@drummondgym.com">info@drummondgym.com</a>		
MARS 2025	1-2	R3 à R5					Évaluation			Bourassa				
		Défi 1 à 3 + R1 à R5 + Master		R1 à R5			Évaluation + Sélection			Lac-St-Louis (Toutes les régions)	Gymslic	<a href="mailto:coord.act_gymslic@bellnet.ca">coord.act_gymslic@bellnet.ca</a>		
	3						Sélection			Côte-Nord	Baie-Comeau	<a href="mailto:yancath@hotmail.com">yancath@hotmail.com</a>		
	3-4						Évaluation + Sélection			Est-du-Québec	Rikigym	<a href="mailto:riki-gym@yahoo.ca">riki-gym@yahoo.ca</a>		
	7 et 10						FRJQ (Camp)	X	X	X	Est-du-Québec	Rikigym	<a href="mailto:riki_gym@yahoo.ca">riki_gym@yahoo.ca</a>	
	8-9	R1 à R5		R1 à R5			FRJQ (Camp)	X	X	X	Outaouais	Unigym	<a href="mailto:directrice.technique@unigymgatineau.com">directrice.technique@unigymgatineau.com</a>	
	15-16	Défi 1 à 3 + R1 à R5					Évaluation + Sélection			Outaouais	Unigym	<a href="mailto:directrice.technique@unigymgatineau.com">directrice.technique@unigymgatineau.com</a>		
	14-16	R1 à R5					Évaluation + Sélection			Rive-Sud	Gym-Richelieu	<a href="mailto:administration@gymrichelieu.com">administration@gymrichelieu.com</a>		
	22-23	Défi 1 à 3 + R1 à R5					Évaluation + Sélection			Laurentides	Gym-Plus	<a href="mailto:valerie.turp@gym-plus.ca">valerie.turp@gym-plus.ca</a>		
	29	R1 à R5					Évaluation + Sélection			Mauricie	Gymnigan	<a href="mailto:clubgym@cssenergie.gouv.qc.ca">clubgym@cssenergie.gouv.qc.ca</a>		
	30						Sélection	X		X	Lanaudière	Hopla	<a href="mailto:coordo.technique@hopla.ca">coordo.technique@hopla.ca</a>	
	29-30	R3 à R5						FRJQ (Camp)		X		Laurentides	Barany	<a href="mailto:entraîneur_chef@clubbarany.com">entraîneur_chef@clubbarany.com</a>
		R1 à R5						Sélection			Abitibi-Témiscamingue	Kodiak	<a href="mailto:Sophie.lemay@cssh.gouv.qc.ca">Sophie.lemay@cssh.gouv.qc.ca</a>	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection			Richelieu-Yamaska	Phoenix	<a href="mailto:gymnastique@ville.actonvale.qc.ca">gymnastique@ville.actonvale.qc.ca</a>	
		Défi 1 à 3 + R1 à R5						Évaluation + Sélection			Centre-du-Québec	Granigym	<a href="mailto:marie-claire@geroby.com">marie-claire@geroby.com</a>	
R1 à R5							Évaluation + Sélection			Etrie				
Défi 1 à 3 + R1 à R5							Évaluation + Sélection			Montréal	Gadbois	<a href="mailto:direction@gymgadbois.com">direction@gymgadbois.com</a>		
28-30	Défi 1 à 3 + R3 à R5						Évaluation + Sélection			Saguenay-Lac-St-Jean	Gymnastique Saguenay	<a href="mailto:gt@gymnastiquesaguenay.ca">gt@gymnastiquesaguenay.ca</a>		
	R3 à R5						Évaluation + Sélection			Capitale-Nationale	Québec Performance	<a href="mailto:info@gymqcperfo.com">info@gymqcperfo.com</a>		
	R1 à R5						Sélection	X		Chaudière-Appalaches (Toutes les régions)	Gymnamic	<a href="mailto:dg@gymnamic.org">dg@gymnamic.org</a>		
	Défi 1 à 3						Sélection			Est-du-Québec	RDLGym	<a href="mailto:infordgym@gmail.com">infordgym@gmail.com</a>		
28-30	Défi 1 à 3						Évaluation			Laurentides	Barany	<a href="mailto:entraîneur_chef@clubbarany.com">entraîneur_chef@clubbarany.com</a>		
	Défi 1 à 3						Évaluation			Bourassa				
	Défi 1 à 3 + R1 à R5 + Master			R1 à R5			Évaluation + Sélection			Lac-St-Louis (Toutes les régions)	Jeune Aire	<a href="mailto:nancy@clubjeunaire.com">nancy@clubjeunaire.com</a>		

## CALENDRIER RÉGIONAL 2024-2025

Mois	Date	CAF	GM	SR	CR	AGB	RV	Événement	FRJQ	Région	Discipline	Personne-Contact
AVRIL 2025	5-6	R1 à R5 + Master		R1 à R5				Évaluation + Sélection		Sud-Ouest	Gym-Fly	<a href="mailto:info@acrobategym.com">info@acrobategym.com</a>
		Défi 1 à 3 + R1 à R5		R1 à R5				Évaluation + Sélection		Rive-Sud	Virtuose	<a href="mailto:direction@virtuosecentreacrobatiq.ca">direction@virtuosecentreacrobatiq.ca</a>
				R1 à R5				Évaluation + Sélection		Outaouais	Unigym	<a href="mailto:directricetechnique@unigyngatineau.com">directricetechnique@unigyngatineau.com</a>
	6				R2 à R Ouvert ABC			Invitation		Montréal <i>(Toutes les régions)</i>	Rythmi Gym	<a href="mailto:rythmi.gym@srlpat.org">rythmi.gym@srlpat.org</a>
	11-13											
	19	Défi 1 à 3						Évaluation		Chaudière-Appalaches	Gymnamic	<a href="mailto:dg@gymnamic.org">dg@gymnamic.org</a>
	18	Défi 1 à 3						Évaluation		Lanaudière	Viagym	<a href="mailto:direction.generale@viagym.org">direction.generale@viagym.org</a>
18-20	PÂQUES											
25-27												
MAI 2025	2-4											
	9-11											
	15-18											
	23-25											
	30-1											
JUIN 2025	1	Défi 1 à 3						Évaluation		Montréal <i>(Toutes les régions)</i>	Gymnix	<a href="mailto:clubgymnix@gymnix.com">clubgymnix@gymnix.com</a>
	6-8							AGA Gymnastique Québec				
	13-15											
	20-22											
	27-29											
JUILLET 2025	4-6											
	11-13											
	18-20											
	25-27											
AOÛT 2025	1-3											
	8-10											
	15-17											
	22-24											
29-31												

**Rouge** : Modification au calendrier depuis la version précédente