

DIRECTIVES DE COMPÉTITION

2^e Coupe Québec GAF (D1 – N Intro à N7)

27 au 29 mars 2026

GYMNASTIQUE QUÉBEC

3737 boul. Crémazie Est, #902, MTL, QC, H1Z 2K4
514-252-3043 / www.gymqc.ca
Personne contact : Josée-Anne Adam
inscription@gymqc.ca



COMITÉ ORGANISATEUR

LAVAL EXCELLENCE
Directrice : Patricia Rioux
Courriel : prioux@lavalexcellence.ca
Site web : www.lavalexcellence.ca



LIEU

COMPLEXE SPORTIF VAL-DESARBRES (Laval Excellence)

1555, Boul. St-Martin Est, Laval, QC, H7G 4R4

- [Lien Google Map](#)
- *Entrée à l'avant par la porte principale. Stationnement disponible à l'avant et à l'arrière du bâtiment, compte tenu du nombre important de participants, les places de stationnements risquent d'être restreintes. Prévoir une période pour vous stationner dans les rues avoisinantes.*

SERVICES AUX PARTICIPANTS

(Athlètes, Spectateurs
et Entraîneurs)

HÉBERGEMENT

Marriott Résidence Inn Laval
2035 Autoroute des Laurentides
Laval, QC, H7S 1Z6
450-686-6777 / [Site web](#)

**Groupe : Club de Gymnastique
Laval Excellence**

Chambres Style STUDIO : 1 LIT KING + CANAPÉ- LIT au coût de 239\$/nuit

- Le petit-déjeuner buffet chaud et froid ainsi que le stationnement sont inclus dans les tarifs.

- Toutes les chambres sont de type suites avec cuisine équipée: chaudrons, tasses, verres, ustensiles, cuisinière, réfrigérateur, micro-ondes.

- Date limite de réservation : 8 mars

- Annulation sans frais au maximum 8 jours avant la date d'arrivée.

SERVICE MÉDICAL

Un service médical (physiothérapeute ou thérapeute sportif) sera offert sur le plateau de compétition.

AUTRES INFORMATIONS

- Casse-croûte dans le centre sportif, aucune nourriture/brevage d'un restaurant extérieur (Ex. Tim Horton) n'est permis dans le centre sportif.
- Pour les spectateurs, sur le site de compétition, aucune nourriture/brevage.
- Kiosques de vente de bonbons, fleurs, maillots (paiement par carte débit/crédit seulement).
- Vestiaires disponibles (nombre limité), apportez vos cadenas.

ENTRAÎNEURS

Des collations seront offertes aux entraîneurs sur le plateau de compétition.

HORAIRE ET INSCRIPTION

- **Date limite d'inscription et de paiement : 13 février 2026**
- **Date de publication de l'horaire : 25 février 2026**
- **Frais d'inscription :**

GAF (N Intro à N7)	143,00 \$
Entraîneur	0,00 \$

- **Frais de retard pour inscription tardive ou modification aux inscriptions après la date limite d'inscription** (facturés par GYMQC) : **50 \$** / athlète jusqu'à concurrence de **250 \$** par discipline
- **Frais de retard pour inscription tardive ou modification aux inscriptions après la sortie de l'horaire** (facturés par GYMQC) : **100 \$** / athlète jusqu'à concurrence de **500 \$** par discipline
- **Demande de modification à l'horaire après la sortie de l'horaire** (facturés par GYMQC) : **50 \$** / athlète
- **Frais de retard pour dépôt d'une musique GAF après la date limite d'inscription** (facturés par GYMQC) : **50 \$** / athlète jusqu'à concurrence de **250 \$** par discipline
- **Frais de retard pour inscription tardive d'un entraîneur à moins de 5 jours ouvrables avant le 1^e jour de compétition** (facturés par GYMQC) : **50 \$** / entraîneur
- **Frais de retard pour inscription tardive d'un entraîneur à moins de 24 heures avant le 1^e jour de compétition** (facturés par GYMQC) : **100 \$** / entraîneur

MODALITÉS DE PAIEMENT ET PROCESSUS D'INSCRIPTION

Tous les clubs devront remplir le formulaire d'inscription via le système d'inscription GYMQC.

1. Ouvrez le fichier reçu par GYMQC et l'installez sur votre ordinateur.
 - a. Choisissez l'événement et le club.
 - b. Décochez les athlètes que vous ne désirez pas inscrire à l'événement.
 - c. Ajoutez les entraîneurs et leurs formations (veuillez noter que seulement les entraîneurs affiliés compétitifs sont disponibles dans le système.)
 - d. Si vous notez une erreur au niveau de l'année de naissance, la catégorie, le nom ou autre, contacter Christian Turp (cturp@gymqc.ca).
 - e. Cliquez sur "envoyer inscription".
 - f. Lire la procédure et condition.
 - g. Si vos données sont exactes, cliquez sur "Je confirme avoir vérifié les informations de mon club".
 - h. Le fichier s'enregistrera automatiquement sur votre ordinateur.
 - i. Envoyez le fichier Excel à GYMQC (inscription@gymqc.ca) ainsi qu'au comité organisateur (compe@lavalexcellence.ca).
2. Le paiement des inscriptions devra se faire :
 - a. Par chèque : Libellé au nom de « Club Laval Excellence » et doit être retourné à l'adresse suivante : 1555 boul. St-Martin Est, Laval, QC, H7G 4R4.
 - b. Par virement bancaire :
 - Transit : 30469
 - Institution : 815
 - Folio : 4815130
 - c. Par virement électronique :
 - Courriel : lucie@lavalexcellence.ca
 - Mot de passe : gymnastique
 - Autre : svp, préciser le nom du club.
3. Jusqu'à la date limite d'inscription, les clubs pourront faire des modifications à leurs inscriptions sans frais.
4. Après la date limite d'inscription et après la sortie de l'horaire, les pénalités décrites dans cette directive seront appliquées.
5. Il est possible de changer de catégorie jusqu'à 10 jours ouvrables avant la 1^e journée de compétition, moyennant les frais indiqués dans ces directives.

MUSIQUE GAF

Si vous n'avez pas déjà déposé vos musiques pour la 1e Coupe Québec, veuillez déposer les musiques [ICI](#).

EXIGENCES DES FICHIERS DE MUSIQUE

- Format du fichier : MP3 ou MP4
- Nomenclature du fichier :
 - Suivre l'ordre suivant : Club_Catégorie_Nom_Version
 - **Important : Ne pas mettre d'accent ou caractère spécial (é, è, ô, ë, etc.)**
 - V1 = Première version (premier envoi)
 - V2, V3 et plus = Lorsqu'il s'agit d'un changement de musique
 - Ex 1 = GYMQC_JR_Josee-Anne Adam_V1
 - Ex 2 = GYMQC_N10_Raphaelle Cote-Gelinas_V2

Question ou changement de musique :
Contactez Christian Turp (cturp@gymqc.ca)

ANNULATION

- Pour obtenir un remboursement, un club doit envoyer, au comité organisateur (compe@lavalexcellence.ca) et à Gymnastique Québec (inscription@gymqc.ca), une demande écrite ainsi que les pièces justificatives motivant les raisons de cette demande de remboursement.
- Aucun remboursement ne sera accordé si les pièces justificatives ne sont pas déposées dans un délai de 24 heures avant le début des compétitions.
- Pour être acceptée, toute demande de remboursement devra obligatoirement être accompagnée d'un papier médical décrivant la nature de la blessure justifiant le retrait de la compétition. Les pièces acceptées sont les suivantes :
 - Un certificat médical provenant d'un médecin ;
 - Une attestation de blessure provenant d'un physiothérapeute membre de l'Ordre des Physiothérapeutes ;
 - Une attestation de blessure provenant d'un thérapeute du sport membre de l'Association Canadienne des Thérapeutes du Sport.
- GYMQC se réserve le droit de vérifier que le professionnel en question est membre de l'association ou de l'ordre demandé, et de refuser qu'un comité organisateur effectue le remboursement en cas de manquement.
- Le comité organisateur doit OBLIGATOIREMENT accepter toute demande de remboursement respectant les points ci-haut.
- Si une demande de remboursement ne respecte pas les points ci-haut, le comité organisateur est libre de tout de même prendre la décision d'effectuer un remboursement, s'il le désire.