



## 3e ÉVALUATION DÉFI PROVINCIAL STR

### Viagym - 3 avril 2026



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

**Version 1**

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 1						
DÉFI 1 A (8)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	30 minutes	30 minutes
<b>GROUPE A - TR</b>	Gymnaska-Vol (3)		7:15	7:30 - 7:45	7:45 - 8:15	8:15 - 8:45
<b>GROUPE B - ACRO</b>	Viagym (3)	Excel Gym (2)				

*Gymnaska-Vol : Thomas, Arthur, Camille*

*Viagym : Viviana, Abraham, Naomie*

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 2						
DÉFI 1 B (10)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	30 minutes	30 minutes
<b>GROUPE A - TR</b>	Gymnaska-Vol (3)	Viagym (2)	8:25	8:40 - 8:55	8:55 - 9:25	9:25 - 9:55
<b>GROUPE B - ACRO</b>	Qc Perfo A (4)	Qc Perfo B (1)				

*Gymnaska-Vol : Nelia, Maëva, Loralie*

*Qc Perfo A : Chloé, Valérie, Émile, Sofia Lea*

*Viagym : Nadine, Christina*

*Qc Perfo B : Megan*

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 3						
DÉFI 2 A (10)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	35 minutes	35 minutes
<b>GROUPE A - TR</b>	Dynamix A (4)	Viagym A (2)	9:35	9:50 - 10:05	10:05 - 10:40	10:40 - 11:15
<b>GROUPE B - ACRO</b>	Viagym B (4)					

*Dynamix A : Matis, Ezekiel, Olivier J, Damien*

*Viagym B : Charlie, Mathilde, Clara, Béatrice*

*Viagym A : Lyvia, Flavie*

**PAUSE DES ÉVALUATEURS - 11H15 À 12H00**

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 4						
DÉFI 2 B (11)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	35 minutes	35 minutes
GRUPE A - TR	Dynamix B (4)	Gymnaska-Vol (1)	11:30	11:45 - 12:00	12:00 - 12:35	12:35 - 13:10
GRUPE B - ACRO	Viagym C (3)	Viagym D (3)				

Dynamix B : Sofia, Mia, Jeanne, Téghan

Viagym D : Maelys, Marie-Elle, Victoria

Viagym C : Laurent, Matéo, Tommaso

5  
6  
11

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 5						
DÉFI 3 (13)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	35 minutes	35 minutes
GRUPE A - TR	Viagym A (4)	Dynamix A (3)	12:50	13:05 - 13:20	13:20 - 13:55	13:55 - 14:30
GRUPE B - ACRO	Viagym B (2)	Dynamix B (4)				

Viagym A : Charly, Maggie, Clara, Alice

Dynamix A : Félicia, Gabrielle, Béatrice

Viagym B : Liam, Romy

Dynamix B : Léo, Ruphus, Louis-Philippe, Médéric

7  
6  
13

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 6						
DÉFI 4 (7)	CLUB		ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2
				15 minutes	30 minutes	30 minutes
GRUPE A - TR	Dynamix (3)		14:10	14:25 - 14:40	14:40 - 15:10	15:10 - 15:40
GRUPE B - ACRO	Viagym (4)					

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

VENDREDI - 3 AVRIL 2026						
STR - SESSION 7						
Défi 5 (5)	CLUB	ARRIVÉE	ÉCHAU GÉNÉRAL	ROTATION 1	ROTATION 2	
Défi 6 (5)			15 minutes	35 minutes	35 minutes	
GRUPE A - TR	Dynamix (5)	15:20	15:35 - 15:50	15:50 - 16:25	16:25 - 17:00	5 5
GRUPE B - ACRO	Dynamix (5)					

10