

# GAF

Mis à jour le 11 février 2023

Mois	Catégories ciblées	Dates	Évènements	Lieu
août 2022	athlètes sélectionnés	26 - 27 - 28	Camp jeune élite	Gatineau/Centre sportif
septembre 2022	Tous	3 - 4 - 5	Congé compétitif - Fête du Travail	
	Défi/R 1-2-3-4-5/ N4-6	11	Camp d'entraînement Unigym Défi - Régional - JO	Unigym
	HP	16	Camp d'entraînement Unigym Provincial - National (nutritionniste)	Unigym
octobre 2022	R 4-5-6	2 - 3	Entraînement conjoint Régional - 4 - 5 - 6	Unigym
	N10/ HP	2 - 6	Camp d'entraînement Halifax	Halifax
	Tegan	7 - 9	Camp d'entraînement - Équipe National - Espoire	INS - Montréal
	Tous	8 - 9 - 10	Congé compétitif - Action de Grâce	Unigym
	JO10/ HP	14 - 15 - 16	1ere sélection Jeux du Canada	Ville de Québec
	N 8-9 athlètes inscrits	16 - 17	Camp d'entraînement Gymnix/Unigym	Gymnix et INS
Novembre	R3 - R4 - R5	5 - 6	Simulation régionale GAF- GAM (nutritionniste)	Unigym
	Fred	9 au 13	Compétition internationale	Belgique
	N 6-7-8	11 - 12 - 13	Invitation N6-7-8 Espoir 1	Équilibrix
	N 8-9	24 PM - 25 AM	Camp d'entraînement avec Gymnix	Unigym
	N4-N5	25	Simulation régionale GAF	Unigym Gatineau
	Défi 1-2-3	27	1er défi régional GAF	Unigym Masson
décembre 2022	Défi 3 et +	2 - 3 - 4	Défi provincial 3 à 6	Laval
	R2 - R3 - R4 - R5	16 - 17 - 18	1ère sélection régionale	Unigym Centre sportif
	N9-10		1ère coupe N9 - 10 Espoir 2	
	N4-6		1ère coupe N 4-5-6	
	Athlètes qualifiés		2e sélection Jeux du Canada	
	Tous	23	Dernier cours compétitif avant les Fêtes Plage horaire d'entraînement durant le congé des Fêtes pour les athlètes JO 7-8-9-10 HP	
	<del>N9-10 HP Athlètes sélectionnés</del>	<del>27 - 28 - 29</del>	<del>Camp jeune Élite #2</del>	<del>à déterminer</del>

<b>janvier 2023</b>	N10 - HP Athlètes qualifiés	3 - 4 - 5	Camp de sélection Jeux du Canada	Saguenay
	Tous	4-5	Retour des Fêtes	Unigym
	<del>N9 - 10 HP Athlètes sélectionnés</del>	<del>6 - 7 - 8</del>	<del>Camp jeune élite #3</del>	<del>à déterminer</del>
	<del>Défi/R-2-3-4-5</del>	<del>8</del>	<del>Entraînement conjoint - Hull - Aylmer</del>	<del>Unigym centre sportif</del>
	Athlètes sélectionnés HP	18 - 19 - 20 - 21 - 22	Élite Canada	Saskatoon (SK)
	N7-8	20 - 22	1ère coupe N7-8-Espoir 2	Campiagile
<b>février 2023</b>	<del>N-à déterminer</del>	<del>3-4-5</del>	<del>Camp provincial de développement #1 - Gym Qc</del>	<del>à déterminer</del>
	Fred-Sarah-Taylor	4	Camp d'entraînement Jeux du Canada	INS / Montréal
	R2-3-4-5	4 - 5	2e sélection régionale	Unigym
	N-8-9-10 HP Athlètes ciblés		FRJQ GAF N-8 représentativité / N9-10 Excellence	Unigym
	<del>Défi 3 et +</del>	<del>10-11-12</del>	<del>Défi provincial 3 à 6</del>	<del>à déterminer</del>
	Athlètes sélectionnés	14	Camp de préparation Jeux du Canada	à déterminer
	N4-6	17 - 18 - 19	2e coupe Québec N4-5-6	Gymnika
	Athlètes sélectionnés	15 au 26	Jeux du Canada	Île-du-Prince-Édouard
<b>mars 2023</b>	Athlètes sélectionnés Représ./Excellence	3 au 7	Jeux du Québec	Rivière-du-Loup
	N9-10	<del>1-2-3-5</del>	<del>Gymnix international</del>	<del>Montréal</del>
	N7-8	11 - 12	2e coupe Québec N7-8-Espoir 1	Lévis
	N9-10	17 - 18 - 19	2e sélection N9-10-Espoir 2	Gym-Richelieu
	R2-3-4-5	18 - 19	3e sélection régionale	Unigym
	Défi 1-2-3		2e Défi régional	Unigym
	N7-8	24-26	2e coupe Québec N7-8-Espoir 1	à déterminer
<b>avril 2023</b>	Tous	8 - 9 - 10	Congé compétitif - Pâques	
	Athlètes sélectionnés R4-R5 N-4 à 10-HP	10	Camp de finalités interne	Unigym
	N4-6	14 - 15 - 16	Qualification provincial N4-5-6	Dymagym/Magog
	Athlètes sélectionnés N7-8-9-10 HP	21 - 22 - 23	Championnat Québécois	Viagym

<b>mai 2023</b>	Défi 3+	5 - 6 - 7	3e défi provincial	À déterminer
	Athlètes sélectionnés R4-R5-R6		Challenge des régions	Viagym\Terrebonne
	N9-10 Athlètes sélectionnés	12 - 13 - 14	Championnats de l'Est	Sherbrooke
	Tous	20 - 21 - 22	Congé compétitif - Fête des Patriotes	
	Défi 3+	22	3e défi régional	Unigym
	Athlètes sélectionnés N4-5-6 et invitation N4-5-6	26 - 27 - 28	Coupe provinciale & concours par équipe	Hirondelle/Ganby
	Athlètes sélectionnés N9-N10 et HP	26 au 28	Championnats Canadiens	Colombie-Britannique BC, Richmond
<b>juin 2023</b>	N À déterminer	2 - 3 - 4 ou 17 - 18	Camp provincial de développement #2 Gym	À déterminer
	Tous	10 - 11	Invitation Unigym	Unigym
	Tous	18	Spectacle de fin d'année Compétitif	Unigym
	Tous	22	Dernier cours compétitif	Tous
	Tous	23 - 24 - 25	Congé compétitif - St-Jean-Baptiste	
	Tous	26	Début entraînement d'été	
<b>juillet 2023</b>	Tous	30 - 1	Congé compétitif - Fête du Canada	
	Athlètes inscrits	2 au 8	Gymrep	Chertsey
<b>août 2023</b>	N8-9-10 HP Athlètes sélectionnés	25 - 26 - 27	Camp jeune élite #4	À déterminer
	Tous	30 - 31	Congé compétitif	
<b>octobre 2023</b>	HP		Pan Am Game	Chili