

MOIS	DATES	NIVEAUX	ÉVÈNEMENT	LIEU
Novembre	1 – 2	Régional 2 à 5 et défi régional	camp d'entraînement #1	Unigym Gatineau
	14 – 16 novembre	Défi provincial 3 et +	1er Défi provincial	Imagym / Saint-Jean-sur-Richelieu
	21 – 22 – 23	TOUS	Simulation de compétition avec juges invités	Unigym Gatineau
	28 – 30	NIntro à N7	1e coupe Québec	Hopla \ Notre-Dame-des-Prairies
Décembre	12 – 14	N8 à N10 et HP	1e coupe National	Gymnacentre \ Montréal
	12 – 14	Régional	1re sélection rég. / 1er défi rég.	Centre Sportif
	20	Représentativité et Excellence	FRJQ	Centre Sportif
	23-2	Tous	Congé compétitif	Unigym Gatineau
Janvier	3	Tous	reprise des entraînements réguliers	Unigym Gatineau
	10	Régional	Camp d'entraînement conjoint	Centre Sportif
	16 – 18	Athlètes sélectionnés : Jaëlle-Chloé-Lydia	2e Camp jeune Élites / Provincial	INS / Montréal
	14 – 16	Athlète sélectionné Taylor	2e camp horizon	INS / Montréal
	25 – 31	TOUS	2e communication parents-athlète-entraîneur	Unigym Gatineau
		4-8	Élites Canada	Calgary
Février	7 – 8	Régional	2e sélection rég. / 2e défi rég.	Centre Sportif
	13 – 14	Défi provincial 3 et +	2e Défi provincial	Qc Performance \ Québec
	28 – 2	Athlètes sélectionnées	Jeux du Québec	Blainville
Mars	4 – 8	Prov / Nat (optionnel)	Gymnix international	Montréal
	27 – 29	NIntro à N7	2e coupe Québec	Laval Excellence / Laval
	27 – 29	N8 à N10 et HP	2e coupe National	Gymnika / Repentigny
	28-29	Régional	3e sélection rég. / 3e défi rég.	Centre Sportif
Avril 2024	4 – 5 – 6	Tous	Congés compétitif (Pâques)	Unigym Gatineau
	10 – 12	NIntro N6 athlètes sélectionnées	Qualification Provinciale	Bois-Franc / Victoriaville
	17-19	N7 à N10 et HP Athlètes sélectionnées	Championnats Québécois	Varennnes (Dynamix)
Mai	1er	Athlètes sélectionnées R	Camp d'entraînement Challenge de régions	Centre Sportif
	8-9-10	Défi provincial 3 et +	3e évaluation Défi provincial	à déterminer
	8-9-10	Athlètes sélectionnés	Coupe Provinciale	Hirondelle / Granby
	13-18	Tous	Congés compétitif (Challenge à Unigym – besoin de bénévoles)	Complexe Branchaud-Brière
	14-17	Athlètes sélectionnées R	Challenge des régions	Complexe Branchaud-Brière
	15 au 17	Athlètes sélectionnés N7 à N10	Championnat de l'Est	Fredericton
	29-30-31	Prov – Nat (optionnel)	Concours par équipe	Hopla \ Notre-Dame-des-Prairies
Juin	1er au 12	TOUS	3e communication parents-athlète-entraîneur	Unigym Gatineau
	11-13 à déterminer	tous	Gala Unigym	À déterminer
	21	tous	dernier cours comp	
	22 – 28	Tous	Congés compétitifs et Grand ménage	Unigym Gatineau
	29	t	1er cours saison estivale	Unigym Gatineau
Juillet	1	tous	Congé (Fête du Canada)	
Août	28	athlètes tous	dernier entraînement 2025-2026	Unigym Gatineau