



## HORAIRE DU SPORT-ÉTUDES DU 8 SEPTEMBRE AU 16 NOVEMBRE 2009 (extérieur)



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>8h40 à 9h40</b>	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupe 1 et 2 (CT)	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)
<b>9h45 à 10h45</b>	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupe 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)
<b>12h15</b>	Dîner	Dîner	Dîner	Groupe 3 (M)	Dîner
<b>13h15 à 14h15</b>	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupe 3 (M + Arts)	Groupes 3 et 4 (soccer) (1/2)	Groupe 4 (M)	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)
		Groupe 4 (A)		Groupe 3 (dîner)	
<b>14h20 à 15h20</b>	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupe 4 (M + Arts)	Groupes 3 et 4 (soccer) (1/2)	Groupes 3 et 4 (soccer) (1/2)	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)
		Groupe 3 (A)			

TC : terrain complet synthétique

½ : demi-terrain synthétique et terrain complet en gazon

A : Autres (coordination, jeux ludiques, technique de course, stretching, etc.)

M : musculation en salle

CT : musculation en circuit-training

Arts : arts dramatiques aux 2 semaines (Filles = semaine 2 et gars = semaine 1)

GRUPE 1 : filles de secondaires 1-2

GRUPE 2 : garçons de secondaires 1-2

GRUPE 3 : garçons de secondaires 3-4-5

GRUPE 4 : filles de secondaires 3-4-5

### Répartition des heures par semaine en moyenne

	<u>GROUPES 1-2</u>	<u>GROUPES 3-4</u>
SOCCKER:	9	7
MUSCULATION:	1	1,5
RÉFORME:	0	0
AUTRES:	0	1
ARTS :	0	0,5



## HORAIRE DU SPORT-ÉTUDES DU 17 NOVEMBRE AU 09 AVRIL 2010 (intérieur)



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>8h40 à 9h40</b>	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)	Groupe 1 (R)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupe 1 et 2 (CT)	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)
		Groupe 2 (soccer) (1/2)			
<b>9h45 à 10h45</b>	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)	Groupe 2 (R)	Groupes 1 et 2 (soccer) (1/2)	Groupe 1 et 2 (A)	Groupes 1 et 2 (soccer) (TC)
		Groupe 1 (soccer) (1/2)			
<b>12h15</b>	Dîner	Dîner	Dîner	Groupe 3 (M)	Dîner
<b>13h15 à 14h15</b>	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupe 3 (M + Arts)	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupe 4 (M)	Groupe 3 (R)
		Groupe 4 (soccer) (1/2)		Groupe 3 (dîner)	Groupe 4 (soccer) (1/2)
<b>14h20 à 15h20</b>	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupe 4 (M + Arts)	Groupes 3 et 4 (soccer) (TC)	Groupes 3 et 4 (soccer) (1/2)	Groupe 4 (R)
		Groupes 3 (soccer) (1/2)			Groupe 3 (soccer) (1/2)

TC : terrain complet synthétique

½ : demi-terrain synthétique et terrain complet en gazon

A : Autres (coordination, jeux ludiques, technique de course, stretching, etc.)

M : musculation en salle

CT : musculation en circuit-training

R : Réforme

### Répartition des heures par semaine en moyenne

	<u>GROUPES 1-2</u>	<u>GROUPES 3-4</u>
SOCCER:	7	7
MUSCULATION:	1	1,5
RÉFORME:	1	1
AUTRES:	1	0
ARTS :	0	0,5