

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

JOUR	1	2	3	4	5	6	7	8	9
(SURVEILLANT)	TOUS (STÉPHANE TANGUAY)	TOUS (SÉBASTIEN BERTRAND-GOURDEAU)	1^E CYCLE (SAMUEL BROUSSEAU/ FRANÇOIS ST-LAURENT)	TOUS (FRANÇOIS ST-LAURENT)	TOUS (SÉBASTIEN BERTRAND-GOURDEAU)	FILLES (SAMUEL BROUSSEAU)	TOUS (YVON COMTOIS)	TOUS (FRANÇOIS ST-LAURENT)	2^E CYCLE (STÉPHANE TANGUAY)

Le jour 3, François St-Laurent est là pour monter des plans d'entraînement personnalisé et vérifier que les exercices sont bien réalisés.

SPORT MIDI

JOUR	1	2	3	4	5	6	7	8	9
SPORT (GYMNASE)	VOLLEYBALL (SAMUEL BROUSSEAU)	FUTSAL (NICHOLAS BROWN)	BASKETBALL (SÉBASTIEN BERTRAND- GOURDEAU)	BADMINTON (NICHOLAS BROWN)	DEK HOCKEY (FRANÇOIS ST-LAURENT)	BASKETBALL (SÉBASTIEN BERTRAND- GOURDEAU)	DÉFI PROFS/ÉLÈVES BADMINTON (STÉPHANE TANGUAY)	BADMINTON (SAMUEL BROUSSEAU)	DEK HOCKEY (SAMUEL BROUSSEAU)
JOUR	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI
SPORT (PALESTRE)	BOXE		DANSE		BOXE		DANSE		BOXE