

HORAIRE SPORTS-ARTS-ÉTUDES 2024-25

08h00 à 12h00	Cours réguliers Dominique-Racine et Lafontaine				
12h00 à 13h10	Dîner, basketball ou entraînement physique				
13h15 à 16h10	Activités spécifiques de basketball, étude ou entraînement physique				
GROUPE #1 (A= Gars + Filles Sec.1 + B=Gars Sec.2)					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
12h15 à 13h10	Dîner	BASKETBALL Gym 2 (A)	Dîner	BASKETBALL Gym 2 (B)	Dîner
13h15 à 14h10	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 (B)	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 (A)	BASKETBALL Gym 1 (A-B)
14h10 à 15h05	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 (A-B)	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 (A-B)	BASKETBALL Gym 1 (A-B)
15h05 à 16h00	Étude	Étude	Étude	Étude	Étude
GROUPE #2 (Filles cad = (sec.2-3) + juv = (sec.4-5))					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
12h15 à 13h10	BASKETBALL Gym CF	Dîner	BASKETBALL Gym JF.	Préparation Physique	Dîner
13h15 à 14h10	BASKETBALL Gym JF.	Préparation Physique	BASKETBALL Gym CF	Dîner	Préparation Physique
14h10 à 15h05	BASKETBALL Gym	Préparation Physique	BASKETBALL Gym	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 (Shot)
15h05 à 16h00	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.
GROUPE #3 (Gars cad= (sec.3-4) + juv = (sec.4-5))					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
12h15 à 13h10	BASKETBALL Gym CM.	Préparation Physique	BASKETBALL Gym JM.	Dîner	BASKETBALL Gym 2 CM (Shot)
13h15 à 14h10	BASKETBALL Gym JM.	Dîner	BASKETBALL Gym CM.	Préparation Physique	BASKETBALL Gym 2 JM (Shot)
14h10 à 15h05	BASKETBALL Gym	Préparation Physique	BASKETBALL Gym	Préparation Physique	Préparation Physique
15h05 à 16h00	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.	Étude ou muscu.

Horaire sujet à changement

benoit.vallieres@noiretor.com