

	Horaire d'entrainement						
	Semaine 25 septembre au 1 octobre 2017						
	Lundi 25	Mardi 26	Mercredi 27	Jeudi 28	Vendredi 29	Samedi 30	Dimanche 1
Jours	7	8	9	1	2		
Groupe AM	Gym 1 et 2 7h45 à 9h muscu de 9h à 10h	Gym 1 et 2 de 7h45 à 10h15	Gym 1 et 2 7h45 à 9h muscu de 9h à 10h	Gym 1 et 2 de 7h45 à 10h15	Gym 1 et 2 7h45 à 9h muscu de 9h à 10h	RSEQ D1 U17F Académie les Estacades	
Gym 1 pm	13h10-15h U17M* 15h-17h U15F	13h10-15h U15F 15h-17h U17M*	13h10-15h U17M* 15h-17h U15F	13h10-15h U17F 15h-17h U15F	13h10-15h U15F 15h-17h U17F		
Gym 2 pm	13h10-15h U17F 15h-17h U14M	13h10-15h U17F 15h-17h U14M	15h-17h U14M	13h10-15h U14M 15h-17h U17M*	13h10-15h U14M 15h-17h U17M*		
Gym 3 pm	∅	∅	∅	∅	∅		
Palestre pm	∅	∅	∅	∅	∅		
Ecole Impact							
Salle de muscultation	14h-15h U14M U15F	13h-14h U14M U17M*	14h-15h U14M U15F	14h-15h U17M* U15F	13h-14h U17M* U17F		
	15h-16h U17M* U17F						
Repos ou Autres activités		Match Amical 16h45-18h45 vs Collège Laval U17F à Laval	Match Coupe de Montréal 18h30 à 20h30				

Weekend de compétition ou de repos