



Club de Patinage de Vitesse de Sherbrooke
 Horaire des entraînements
Janvier 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	1 Pas de patin	2 Pas de patin	3 16h50-17h55: 6-7-8-9 ans 16h50: h-g 10-11 ans 18h: h-g 6-7-8-9 ans 18h05-19h10: 10-11 ans 18h05: h-g 12-13 ans 19h20-20h25: 12-13 ans 19h15: hg 14 ans et + 20h35-21h40: 14 ans et plus 19h30 rencontre parents 12 ans+ expliquer prog. Fin saison	4 Muscu 7h-8h option 6x/sem.	5 Compétition régionale	6 7h-8h05: Provincial 8h15: h-g 7h15: h-g Inter 8h15-9h25: Inter École de base 9h30 à 15h
7 16h50-17h55: Débutants 16h50: h-g Filles 12ans + 18h: h-g Débutants 18h05-19h10: Filles 12ans + 18h05: h-g 12-13 ans gars 19h20-20h25: 12-13 ans gars 19h25: h-g 14 ans et + gars 20h35-21h40: 14 ans et + gars	8 16h50-17h50: 6-7-8 ans 16h50: h-g 9 ans 17h55: h-g 6-7-8 ans 18h-19h10: 9 ans 18h05: h-g 10-11 ans 19h20-20h30: 10-11 ans 20h40-22h: Récréatifs	9 16h50-17h50: 10-11 ans 16h50: h-g 12-13 ans 17h55: h-g 10-11 ans 18h-19h: 12-13 ans 18h: h-g CQD 19h10-20h20: COD 19h15: h-g 14 ans+ 20h30-21h40: 14 ans+	10 16h50-18h20: FRJQ (12-15 ans) 18h30: h-g FRJQ (12-15 ans) 17h15: h-g 14 ans et + 18h30-20h: 14 ans et + 20h10-21h40: Récréatifs	11 Muscu 7h-8h option 6x/sem.	12 École de base 9h30 à 14h30 Palais des Sports	13 Pas de patin
14 16h50-17h55: Débutants 16h50: h-g Filles 12ans + 18h: h-g Débutants 18h05-19h10: Filles 12ans + 18h05: h-g 12-13 ans gars 19h20-20h25: 12-13 ans gars 19h25: h-g 14 ans et + gars 20h35-21h40: 14 ans et + gars	15 16h50-17h50: 6-7-8 ans 16h50: h-g 9 ans 17h55: h-g 6-7-8 ans 18h-19h10: 9 ans 18h05: h-g 10-11 ans 19h20-20h30: 10-11 ans 20h40-22h: Récréatifs	16 16h50-17h50: 10-11 ans 16h50: h-g 12-13 ans 17h55: h-g 10-11 ans 18h-19h: 12-13 ans 18h: h-g CQD 19h10-20h20: COD 19h15: h-g 14 ans+ 20h30-21h40: 14 ans+	17 16h50-18h20: FRJQ (12-15 ans) 18h30: h-g FRJQ (12-15 ans) 17h15: h-g 14 ans et + 18h30-20h: 14 ans et + 20h10-21h40: Récréatifs	18 Muscu 7h-8h option 6x/sem.	19 PAS D'ENTRAINEMENT ÉLITES ET PROVINCIAL École de base 9h30 à 15h	20 7h30-9h: Régio A 9h10: h-g Régio A 9h10-10h25: Débutants 9h30: h-g Régio B 10h30: h-g Débutants 10h35-12h05: Régio B 11h: h-g Inter B 12h15-13h50: Inter B 12h45: h-g Inter A+Élites 14h-15h40: Inter A+Élites
21 16h50-18h20: Filles 12ans+ 17h20 atelier prép. Ment. FRJQ 18h30-20h: 12-13 ans garçons 18h30 atelier prép. Ment. FRJQ 18h30: h-g filles 12 ans + 19h: h-g 14 ans + garçons 20h10-21h40: 14 ans et + gars	22 16h50-17h50: 6-7-8 ans 16h50: h-g 9 ans 17h55: h-g 6-7-8 ans 18h-19h10: 9 ans 18h05: h-g 10-11 ans 19h20-20h30: 10-11 ans 20h40-22h: Récréatifs	23 Finale Régionale Jeux du Québec pour les 12 à 15 ans	24 16h50-18h20: 12-13 ans 17h15: h-g 14 ans et + 18h30: h-g 12-13 ans 18h30-20h: 14 ans et + 20h10-21h40: Récréatifs	25 Muscu 7h-8h option 6x/sem.	26 7h-9h15: Prov & Élite École de base 9h30 à 15h	27 7h30-9h: Régio A 9h10: h-g Régio A 9h10-10h25: Débutants 9h30: h-g Régio B 10h30: h-g Débutants 10h35-12h05: Régio B 11h: h-g Inter B 12h15-13h50: Inter B 12h45: h-g Inter A 14h-15h40: Inter A
28 16h50-18h20: Filles 12ans+ 17h20 h-g: 12-13 ans garçons 18h30-20h: 12-13 ans garçons 18h30: h-g Filles 12ans+ 19h: h-g 14 ans + garçons 20h10-21h40: 14 ans et + gars	29 16h50-17h55: 6-7-8-9 ans 16h50: h-g 10-11 ans 18h: h-g 6-7-8-9 ans 18h05-19h10: 10-11 ans 18h05: h-g 12-13 ans 19h20-20h25: 12-13 ans 19h15: hg 14 ans et + 20h35-21h40: 14 ans et plus	30 PAS DE PATIN HORS GLACE SEULEMENT ÉCOLE ALFRED- DESROCHERS DE ST-ÉLIE 17h: 6-7-8-9 ans 18h05: 10-11 ans 19h10: 12-13 ans 20h15 14 ans et +	31	1 PAS DE PATIN HORS GLACE SEULEMENT ÉCOLE ALFRED- DESROCHERS DE ST-ÉLIE 17h: 6-7-8-9 ans 18h05: 10-11 ans 19h10: 12-13 ans 20h15 14 ans et +		

* Les cases ombragées comportent des changements à l'horaire ou des événements spéciaux.