

LUNDI

	S-M Glace 1	S-M Glace 2	S-M (Salle de Miroir) Ballet - Mme Eva
11:00		CEGEP/Université Danse + Style libre*	
11:15			
11:30		CEGEP/Université Danse + Style libre*	
11:45			
12:00		CEGEP/Université Danse + Style libre*	
12:15			
12:30		CEGEP/Université Danse + Style libre*	
12:45		GLACE	
13:00	SE - S *	Groupe	
13:15			Supervision Concentration *
13:30			
13:45	AA + SE - S *	SE-D	
14:00			C
14:15			Ballet
14:30	Groupe	GLACE	
14:45	GLACE		14 h 50 - 15 H 35
14:55			Ballet
15:15	C*	SE-D	AA + SE - S
15:30			
15:45			
16:00	AA + SE - S *	Groupe	
16:15			SE-D
16:30		C*	Ballet
16:45			
17:00		FIN	
	<i>Sujet à changement selon les disponibilités de plateaux</i>		
	<i>* Entraîneurs personnels admis pour la saison 2024-2025</i>		

MARDI

	S-M Glace 1	S-M Glace 2	S-M Préparation physique - Specifik	HOWIE-MORENZ	H-M Ballroom - Ginette Cournoyer
11:00		CEGEP/Université Danse + Style libre*			
11:15					
11:30		CEGEP/Université Danse + Style libre*			
11:45					
12:00		CEGEP/Université Danse + Style libre*			
12:15					
12:30		CEGEP/Université Danse + Style libre*			
12:45					
13:00	SE - S *	GLACE		Groupe	
13:15					
13:30	AA + SE - S *				
13:45		C*		SE-D	
14:00					
14:15	GLACE				
14:30	Groupe	GLACE		GLACE	
14:45					
15:00	AA + SE - S *		Préparation physique C	SE-D	
15:15					
15:30					
15:45					
16:00	Groupe			GLACE	
16:15			16 h 10 - 17 h Préparation physique AA + SE - S		SE-D
16:30	C*				Ballroom Gigi
16:45					
17:00	FIN				
	<i>Sujet à changement selon les disponibilités de plateaux</i>				
	* Entraîneurs personnels admis pour la saison 2024-2025				

MERCREDI

	S-M Glace 1	S-M Glace 2	S-M (Salle de Miroir) Pilates - Roxane Joubert
10:00			
10:15			
10:30			
10:45			
11:00			
11:15			
11:30	CEGEP/Université Danse + Style libre*		
11:45			
12:00	CEGEP/Université Danse + Style libre*		
12:15			
12:30	CEGEP/Université Danse + Style libre*		
12:45	GLACE		
13:00	SE - S *	Groupe	
13:15			Supervision
13:30	AA + SE - S *	SE-D	Concentration *
13:45			
14:00	C*		
14:15		Groupe	
14:35	GLACE		
14:45		AA + SE - S *	Supervision
15:00			Concentration *
15:15	SE-D	GLACE	
15:30			15 H 20- 16 h 05 Pilates AA+ SE - S + C
15:45			
16:00	GLACE		
16:15	Groupe		PILATES
16:30	C*		SE-D
16:45			
17:00		FIN	
	Sujet à changement selon les disponibilités de plateaux		
	* Entraîneurs personnels admis pour la saison 2024-2025		

JEUDI

	S-M Glace 1	S-M Glace 2	S-M Préparation physique - Spécifik	GYM ESIM Actiforme - Thomas Côté	ÉTIENNE- DESMARTEAU
11:00		CEGEP/Université Danse + Style			
11:15					
11:30		CEGEP/Université Danse + Style			
11:45					
12:00		CEGEP/Université Danse + Style			
12:15					
12:30		CEGEP/Université Danse + Style			
12:45	GLACE				
13:00	SE - S *				Groupe
13:15		C*			
13:30					
13:45	AA + SE - S *				
14:00		GLACE			SE-D
14:15			Supervision		
14:30	GLACE		Concentration *		
14:45	Groupe				
15:00					GLACE
15:15	AA + SE - S *		Préparation physique C		
15:30					
15:45					
16:00	Groupe				
16:15			16 h 10 - 17 h Préparation physique	Préparation physique SE-D	
16:30	C*		AA + SE - S		
16:45					
17:00	FIN				
<i>Sujet à changement selon les disponibilités de plateaux</i>					
<i>* Entraîneurs personnels admis pour la saison 2024-2025</i>					

VENDREDI

	S-M Glace 1	S-M Glace 2	S-M Hors-glace
11:00			
11:15			
11:30			
11:45			
12:00		CEGEP/Université Danse + Style	
12:15			
12:30		CEGEP/Université Danse + Style	
12:45	<i>GLACE</i>		
13:00	SE - S *	Groupe SE-D	
13:15			<i>Supervision</i>
13:30	AA + SE - S *		<i>Concentration *</i>
13:45			
14:00			
14:15	C*		AA + SE - S *
14:30		<i>Glace</i>	
14:50	<i>Glace</i>	Groupe SE-D	
15:00			
15:15	AA + SE - S *		C*
15:30			
15:45			
16:00			
16:15	C*		
16:30			
16:45			
17:00	<i>FIN</i>		
	<i>Sujet à changement selon les disponibilités de plateaux</i>		
	<i>* Entraîneurs personnels admis pour la saison 2024-2025</i>		