

Info Action Sport sec.1 (Janvier, février 2018)

Bonjour à tous, le tableau ci-dessous vous informe sur les différentes activités cycliques et sorties à venir. En espérant que cela réponde à vos attentes.

Date	Activité	Endroit	Matériel requis	Autres infos
Mercredi 17 janvier (Jour 2) De 9h40 à 12h25	Ski alpin ou Planche à neige	GPAT Côte boisée	Vêtements chauds (pantalon de neige, tuque, foulard, mitaines) skis ou planche à neige, bottes, bâtons, casque (obligatoire)	Possibilité de location sur place (environ 10\$)
Mardi 23 janvier (Jour 6) De 13h40 à 16h25	Salle de musculation	École des Trois- Saisons	Costume d'éducation physique Serviette et bouteille d'eau	
Vendredi 26 janvier (pédago) Pour les élèves inscrits (voir feuille d'inscription)	Ski alpin ou Planche à neige	Mont La Réserve St-Donat	Vêtements chauds (pantalon de neige, tuque, foulard, mitaines) skis ou planche à neige, bottes, bâtons, casque (obligatoire)	Pour le diner, apportez un lunch ou de l'argent. Coût de la sortie: 40\$ (incluant la remontée, 1h de cours, location d'équipement et transport.
Lundi 29 janvier (jour 9) De 9h40 à 10h55	Course d'ergomètres (simulation d'aviron) Avec l'entraîneur- chef du Club d'Aviron de Terrebonne	École des Trois- Saisons	Costume d'éducation physique Serviette et bouteille d'eau	
Mercredi 31 janvier (Jour 2) De 9h40 à 12h25	Ski alpin ou Planche à neige	GPAT Côte boisée	Vêtements chauds (pantalon de neige, tuque, foulard, mitaines) skis ou planche à neige, bottes, bâtons, casque (obligatoire)	Possibilité de location sur place (environ 10\$)
Mardi le 23 janvier (Jour 6) De 13h40 à 16h25	Salle de musculation	École des Trois- Saisons	Costume d'éducation physique Serviette et bouteille d'eau	
Mardi 6 février (Jour 6) De 13h40 à 16h25	Raquette Et fabrication de quinzhee	Parc de la Coulée	Vêtements chauds (pantalon de neige, tuque, foulard, mitaines)	Sac à dos Outil pour creuser (plat de plastique ou petite pelle) Collation et bouteille d'eau Un bénévole
Mercredi 14 février (Jour 2) De 9h40 à 12h25	Patin	Aréna Laplaïne	Patins et linge pour les essuyer dans un sac résistant qui se ferme, casque obligatoire (de hockey, ski ou vélo), gants ou mitaines et bouteille d'eau	Un bénévole
Mardi 6 mars (Jour 2) De 9h40 à 12h25	Patin	Aréna Lachenaie	Patins et linge pour les essuyer dans un sac résistant qui se ferme, casque obligatoire (de hockey, ski ou vélo), gants ou mitaines et bouteille d'eau	Un bénévole

Veuillez s.v.p. communiquer avec moi, par téléphone : 514 441-3024 ou par courriel : pierre.gondin@cnda.ca.

Si vous êtes intéressés à être bénévole à l'une des activités.

Merci pour votre précieuse collaboration.

Pierre Grondin
Éducateur physique