



Réussite scolaire
Horaire aménagé

OBJECTIFS DU PROGRAMME

- Donner l'occasion à l'athlète de réussir ses études tout s'épanouissant en athlétisme.
- Initier et développer l'athlète à une ou plusieurs disciplines de l'athlétisme.
- Développer les habiletés motrices fondamentales pour les épreuves en athlétisme.
- Préparer l'athlète aux différents niveaux de compétitions.



L'excellence
athlétique

DESCRIPTION DU PROGRAMME

- Un programme certifié par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.
- Introduction aux méthodes d'entraînement visant à développer les habiletés recherchées en athlétisme.
- Perfectionnement par les méthodes d'entraînement visant à développer les habiletés recherchées en athlétisme.
- Au moins 3 séances d'entraînement par semaine en après-midi supervisées par un entraîneur.
- Possibilité de 2 séances d'entraînement supplémentaires avec le club.
- Des après-midis d'études dirigées en classe chaque semaine.



Esprit d'équipe

AVANTAGES D'ADHÉSION AU PROGRAMME

- Un programme académique enrichi.
- Priorité d'accès au plateau d'entraînement extérieur (piste d'athlétisme Mont-Bleu).
- Priorité d'accès à un ou plusieurs plateaux d'entraînement intérieur en hiver.
- Accès aux équipements spécialisés dédiés à la pratique de l'athlétisme.
- Accès à l'expertise d'une équipe d'entraîneurs formés et certifiés.
- Affiliation à la Fédération québécoise d'athlétisme pour les athlètes membres du club Athlétisme CIRRUS de Gatineau.
- Admissibilité à participer aux compétitions scolaires.
- Admissibilité à participer aux compétitions sanctionnées par la Fédération québécoise d'athlétisme.



Plusieurs
disciplines de
l'athlétisme

CONDITIONS D'ADMISSIBILITÉ

- Obtenir l'autorisation du directeur général de CIRRUS de s'inscrire au programme après un test physique et une entrevue.
- Réussir l'examen académique d'admission.
- Acquitter la totalité des frais d'adhésion avant le début de la saison.
- Adhérer au code d'éthique du programme.



Entraînements
personnalisés et
en groupe

CONDITIONS DE MAINTIEN AU PROGRAMME

- Avoir respecté en tout temps le code d'éthique du programme.
- Avoir acquitté tous les frais dus au club CIRRUS.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- Nombre limité d'élèves-athlètes dans le programme.
- Coût du programme: 2000\$ (sujet à un ajustement annuellement)

LIEUX D'ENTRAÎNEMENT

- Septembre à octobre: Piste d'athlétisme, Complexe Mont-Bleu
- Novembre à avril: Gymnase du Centre communautaire Eugène-Sauvageau
- Mai à juin : Piste d'athlétisme, Complexe Mont-Bleu

TRANSPORT VERS LES LIEUX D'ENTRAÎNEMENT

- Conformément aux règles du programme Sport-Études, les élèves-athlètes rejoignent les lieux d'entraînement par eux-mêmes avec le transport en commun de la STO.

CONTACT AUPRÈS DE L'ÉCOLE SECONDAIRE MONT-BLEU

- Directrice adjointe responsable du programme: Suzanne Gravel
- Tél: (819) 771-7131 #846710
- www.mont-bleu.cspo.qc.ca

CONTACT AUPRÈS DU CLUB CIRRUS

- Responsable du programme: Rova Rabemananjara
- Téléphone: (819) 360-0946



Réussite scolaire
Horaire aménagé



L'excellence
athlétique



Esprit d'équipe



Plusieurs
disciplines de
l'athlétisme



Entraînements
personnalisés et
en groupe