

CALENDRIER DES RENCONTRES LOCALES

ÉQUIPES INTERCOLLÉGIALES

Badminton AA

7 mars | Championnat régional (ind.) | à | F.-X.-Garneau

Basketball AA féminin

6 fév. à 13h	Chicoutimi	à	F.-X.-Garneau
7 fév. à 17h	Rimouski	à	F.-X.-Garneau
6 mars à 13h	Limoilou	à	F.-X.-Garneau

Basketball AA masculin

6 fév. à 15h	Chicoutimi	à	F.-X.-Garneau
7 fév. à 15h	Rimouski	à	F.-X.-Garneau
6 mars à 13h	Limoilou	à	F.-X.-Garneau



Basketball A féminin

5 fév. À 21h	Limoilou	à	F.-X.-Garneau
7 fév. à 13h	Matapédia	à	F.-X.-Garneau
14 fév. à 13h	Ste-Foy	à	F.-X.-Garneau

Basketball A masculin

30 janv. à 11h	Matane	à	F.-X.-Garneau
30 janv. À 19h	Baie-Comeau	à	F.-X.-Garneau
7 fév. À 19h	Limoilou	à	F.-X.-Garneau
6 mars à 19h	Méridi	à	F.-X.-Garneau



Volleyball AA féminin

13 fév. | Tournoi #4 et sélection étoiles | à | F.-X.-Garneau

Volleyball AA masculin

13 mars | Championnat conférence NE | à | F.-X.-Garneau

Volleyball AAA féminin

30 janv. à 19h30	Abitibi	à	F.-X.-Garneau
31 janv. à 14h	Outaouais	à	F.-X.-Garneau
14 fév. à 13h	Édouard-Montpetit	à	F.-X.-Garneau



PRATIQUES INTERCOLLÉGIALES

Équipes	Places disponibles	Entraînements	Entraîneur(e)s
Badminton AA	Places disponibles, informations au A-2179	Mardi 20h à 22h Jeudi 20h à 22h	Philippe Nadeau Roger Faguy
Basketball A féminin	Complet	Mardi 18h à 20h Jeudi 18h à 20h	Raphaël Gosselin
Basketball A masculin	Places disponibles, informations au A-2179	Lundi 20h à 22h Jeudi 18h30 à 20h	Thibaud Toustain
Basketball AA féminin	Complet	Lundi 16h à 18h Mercredi 16h à 18h	Pascale Dechamplain et Mélanie Roy
Basketball AA masculin	Complet	Lundi 18h à 20h Mercredi 18h à 20h Vendredi 16h à 18h	Steven Drapeau Éric Thibault
Cheerleaders	Complet	Lundi 18h à 20h Merc. 20h à 22h (Bellevue)	Cynthia Bédard Jacques Laffèche
Football AAA	Complet	merc 8h à 10h Vend. 14h à 16h	Patrick Boies
Soccer AAA féminin	Complet	heures et dates à déterminer	David Desloges
Soccer AAA masculin	Complet	heures et dates à déterminer	Charles Harvey
Volleyball AA féminin	Complet	Lundi 19h à 21h Merc. 18h30 à 20h30	Anthony Veilleux
Volleyball AA masculin	Places disponibles, informations au A-2179	Mardi 17h à 20h Jeudi 16h à 18h20	François Poly
Volleyball AAA féminin	Complet	Lundi 16h à 18h Mardi 8h à 10h Merc. 16h à 18h30 Vend. 16h à 18h30	Julien Paquette

Les étudiant(e)s intéressé(e)s à faire partie d'une équipe dont certaines places sont disponibles doivent se présenter à l'entraîneur lors des pratiques de l'équipe dans la première semaine de classe.



COLLÈGE FRANÇOIS-XAVIER-GARNEAU

PROGRAMMATION ACTIVITÉS SPORTIVES

Hiver 2010



INFORMATIONS
LOCAL A - 2179

Activités intramurales
Inscriptions
27 au 29 janvier de 10h à



COLLÈGE
FRANÇOIS-XAVIER-GARNEAU

Téléphone : (418) 688-8310

Téléphone : (418) 688-8310 #2231

Messagerie : hbergeron@cegep-fxg.qc.ca

WWW.
GOGARNEAU
.COM

Inscriptions

Du 27 au 29 janvier de 10 h à 15 h

Local A-2179 (Service des sports)

Cartes Interac, Visa et Mastercard acceptées

ACTIVITÉS INTRAMURALES DIRIGÉES

La durée des activités intramurales dirigées est de 11 semaines. Il n'y a aucune activité intramurale dirigée durant la semaine de relâche (15 au 19 mars) et le Lundi de Pâques (5 avril).



Activités aérobiques

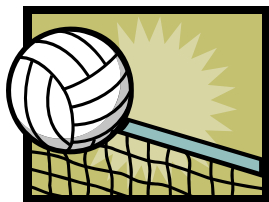
Activité	Jour	Heure	Début	Lieu	Tarif
Tai bo	Lundi	19h10 à 20h10	8 fév.	E-1669	Étudiant: 25\$ 1/soir par sem.
Tai bo	Merc.	18h à 19h	10 fév.	E-1669	40\$ 2/soirs par sem.
Step	Mardi	19h à 20h	9 fév.	E-1669	Personnel: 40\$ 1/soir par sem.
Work-out	Merc	19h10 à 20h10	10 fév.	E-1669	65\$ 2/soirs par sem.
Work Out	Lundi	18h à 19h	8 fév.	E-1669	Extérieur: 65\$ 1/soir par sem.
Work Out	Mardi	18h à 19h	9 fév.	E-1669	

Danse

Activité	Jour	Heure	Début	Lieu	Tarif
Baladi déb.	Mar.	18h à 19h30	9 fév.	Dojo	Étudiant: 55\$ Personnel: 65\$ Extérieur: 75\$
Baladi int.	Mar.	19h45 à 21h15	9 fév.	Dojo	
Hip Hop NOUVEAUTÉ!!!	Jeudi	18h à 20h	11 fév.	A-1669	Studiomapistyle.com

Ligues récréatives mixtes

Activité	Jour	Heure	Début	Lieu	Tarif
Volleyball	Merc.	20h30 à 22h30	10 fév.	E-1633	Étudiant: 25\$
Basketball	Merc.	20h à 22h	10 fév.	E-1647	



À la séance

Pour les activités aérobiques, aquatiques et les ligues récréatives mixtes, il est possible de payer à la séance si les groupes ne sont pas complets.

Coût: Étudiant: 4\$/ séance
Personnel: 5\$/ séance
Extérieur: 6\$/ séance

Activités aquatiques

Activité	Jour	Heure	Début	Lieu	Tarif
Aquaforme	Merc.	18h à 19h	10 fév.	Piscine	Étudiant: 25\$ 1/soir /sem. 45\$ 2/soirs /sem. Personnel: 40\$ 1/soir /sem. 75\$ 2/soirs /sem.
Club des Longueurs	Lundi	17h à 18h	8 fév.	Piscine	Étudiant: 20\$ 1/soir /sem. 35\$ 2/soirs /sem.
Club des longueurs	Jeudi	17h à 18h	10 fév.	Piscine	Personnel: 35\$ 1/soir /sem. 60\$ 2/soirs /sem.
Club des longueurs (entraînement)	Lundi Merc. Jeudi	18h à 19h30 18h à 19h30 18h à 19h	8 fév.	Piscine	Étudiant: 45\$
Natation Tech. policière	Mardi	19h30 à 20h30	9 fév.	Piscine	Étudiant: 30\$

Combat

Activité	Jour	Heure	Début	Tarif
Boxe (Fernand Marcotte)	Mardi jeudi	20h à 21h	9 fév.	Étudiant: 80\$ Personnel: 100
Systema	Lundi	19h à 21h	8 fév.	Étudiant: 50\$
Autodéfense Art-martiaux russe	Merc.			Personnel: 70\$

Bain libre

Le bain libre est payable sur place, S.V.P. apporter le montant exact.



Jour	Heure	Début	Fin	Tarif
Lundi	12h à 13h	8 fév.	17 mai	Gratuit
Merc.	17h à 18h	10 fév.	19 mai	

* Il n'y a pas de bain libre durant la semaine de relâche (15 au 19 mars) et le Lundi de Pâques (5 avril).

ACTIVITÉS INTRAMURALES LIBRES

Salles d'entraînement

Inscriptions

Vous pouvez vous inscrire en tout temps au local A-2179 (jour) et au Centre sportif (soir, argent comptant et chèque seulement)



Horaire session hiver: du 25 janvier au 6 juin

	E-2621	E-3621
Lundi	16h à 21h30	7h30 à 9h 12h à 14h 16h à 20h
Mardi	16h à 21h30	12h à 14h 16h à 20h
Mercredi	16h à 21h30	12h à 14h 16h à 20h
Jeudi	18h à 21h30	12h à 14h 16h à 20h
Vendredi	12h à 20h	
Samedi	10h à 15h	
Dimanche	10h à 15h	

Tarifications:

Étudiant: 60\$/session
Personnel: 85\$/session
Extérieur: 125\$/session

À la séance

Étudiant: 4\$
Personnel: 5\$
Extérieur: 6\$

*Selon l'achalandage, il est possible qu'une seule salle soit ouverte.

*Pour le Vendredi Saint (2 avril) et le Dimanche de pâque 4 (avril) les salles seront fermées.

La carte étudiante, la serviette et les espadrilles propres sont obligatoires pour l'accès à la salle.

Badminton libre

Les réservations de terrains se prennent au Service de sports (A-2179) et sont payables lors de la réservation.

Jour	Heure	Début	Fin	Tarif
Mardi	16h à 17h30	27 janv.	5 mai	Étudiant: 1\$/h Personnel: 2\$/h

* Il n'y a pas de badminton libre durant la semaine de relâche (15 au 19 mars).



Aucun remboursement après le début des activités. Les activités peuvent être modifiées ou annulées s'il n'y a pas assez d'inscriptions.