

## Semaine du 15 juillet 2024

ATTAQUANT (M11-M13)	DÉFENSEUR (M11-M13)	3 ÉTOILES (M9)
<b>7h00 Arrivée</b>	<b>8h10 Arrivée</b>	<b>9h20 Arrivée</b>
7h30 SKILLS (Glace Valéro)	8h40 SKILLS (Glace Valéro)	9h50 SKILLS (Glace Valéro)
8h30 Déshabillage	9h40 Déshabillage	10h50 Déshabillage
9h00 Entraînement hors-glace	10h30 Entraînement hors-glace	12h00 Entraînement hors-glace
10h30 Collation / diner	12h00 Collation / diner	13h30 Collation / diner
11h00 VIDÉO	12h30 VIDÉO	14h00 VIDÉO
12h00 Habillement	13h30 Habillement	15h00 Habillement
12h30 PRATIQUE (Glace Valéro)	14h00 PRATIQUE (Glace Valéro)	15h30 PRATIQUE (Glace Valéro)
<b>14h00 Transition / Fin de journée</b>	<b>15h30 Transition / Fin de journée</b>	<b>17h00 Transition / Fin de journée</b>

## Semaine du 22 juillet 2024

ÉLITE (M11-M13)	3 ÉTOILES (M9)
<b>9h00 Arrivée</b>	<b>10h10 Arrivée</b>
9h30 SKILLS (Glace Valéro)	10h40 SKILLS (Glace Valéro)
10h30 Déshabillage + Collation	11h30 Déshabillage + Collation
11h00 Entraînement hors-glace	12h00 Entraînement hors-glace
12h00 Habillement	13h30 Habillement
12h30 PRATIQUE (Glace Valéro)	14h00 PRATIQUE (Glace Valéro)
<b>14h00 Fin de journée</b>	<b>15h30 Fin de journée</b>

## Semaine du 5 août 2024

ÉLITE (M11-M13)	3 ÉTOILES (M9-M11)	3 ÉTOILES (M7)
<b>7h00 Arrivée</b>	<b>8h10 Arrivée</b>	<b>9h20 Arrivée</b>
7h30 SKILLS (Glace Valéro)	8h40 SKILLS (Glace Valéro)	9h50 SKILLS (Glace Valéro)
8h30 Déshabillage	9h40 Déshabillage	10h50 Déshabillage
9h00 Entraînement hors-glace	10h30 Entraînement hors-glace	12h00 Entraînement hors-glace
10h30 Collation / diner	12h00 Collation / diner	13h30 Collation / diner
11h00 VIDÉO	12h30 VIDÉO	14h00 VIDÉO
12h00 Habillement	13h30 Habillement	15h00 Habillement
12h30 PRATIQUE (Glace Valéro)	14h00 PRATIQUE (Glace Valéro)	15h30 PRATIQUE (Glace Valéro)
<b>14h00 Transition / Fin de journée</b>	<b>15h30 Transition / Fin de journée</b>	<b>17h00 Transition / Fin de journée</b>

# Semaine du 12 août 2024

3 ÉTOILES (M13)		3 ÉTOILES (M11)		3 ÉTOILES (M9)	
<b>7h00</b>	<b>Arrivée</b>	<b>8h10</b>	<b>Arrivée</b>	<b>9h20</b>	<b>Arrivée</b>
7h30	SKILLS (Glace Valéro)	8h40	SKILLS (Glace Valéro)	9h50	SKILLS (Glace Valéro)
8h30	Déshabillage + Collation	9h40	Déshabillage + Collation	10h50	Déshabillage + Collation
9h15	Entrainement hors-glace	10h30	Entrainement hors-glace	11h45	Entrainement hors-glace
10h30	Habillement	12h00	Habillement	13h00	Habillement
11h00	PRATIQUE (Glace Valéro)	12h30	PRATIQUE (Glace Valéro)	14h00	PRATIQUE (Glace Valéro)
<b>12h30</b>	<b>Transition / Fin de journée</b>	<b>14h00</b>	<b>Transition / Fin de journée</b>	<b>15h30</b>	<b>Transition / Fin de journée</b>