

# Semaine intensive du 18 au 20 Octobre 2022

Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
2013 et plus	2011-2012	2010 et moins
Participants 13	Participants 12	Participants 17

Mardi midi	Hamburger knöpfli
Mercredi midi	Riz casimir
Jeudi midi	Pâte sauce tomate

	Mardi 19.10.2022		
	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
07h00			
07h15			
07h30			
07h45	Glacé 7h30-8h30 (Power skating)	Glacé 7h30-8h30 (Power skating)	Sport Halle 7h30-8h30 Salle 1
08h00	(Gautier / Joël / L'Heureux)	(Gautier / Joël / L'Heureux)	(Serge / Xavier)
08h15			
08h30			
08h45	Colation 8h45-9h15	Colation 8h45-9h15	Glacé 8h45-9h45 (Power skating)+ (Gardien)
09h00			(Gautier/Kohler/L'Heureux)
09h15			
09h30	Sport Halle 9h30-10h30 Salle 1	Sport Halle 9h30-10h30 Salle 2	
09h45	(Serge/Xavier)	(Serge/Xavier)	
10h00			Colation 10h-10h30
10h15			
10h30			
10h45	Préparation SIHD	Préparation SIHD	Shoot
11h00	Séance avec Joël	Séance avec Joël	(hors glace) 10h45-11h45
11h15			(Marc L'Heureux)
11h30			
11h45			
12h00	Diner 11h45-12h30	Diner 11h45-12h30	
12h15			Diner 12h15h-13h15
12h30			
12h45			
13h00			Diner 12h-13h00
13h15	Off ice 13h00-14h00	Off ice 13h00-14h00	Jeu Halle 13h15-14h15
13h30	(Marc L'Heureux)	(Marc L'Heureux)	Uni hockey
13h45			Salle 1
14h00			(Xavier)
14h15			
14h30	Glacé 14h30-15h30	Glacé 14h30-15h30	Off ice 14h30-15h00
14h45	(Marc L'Heureux/Jérôme)	(L'Heureux/Serge)	(Marc L'Heureux)
15h00			Colation
15h15			
15h30	Colation	Colation	Glacé 15h30-16h30
15h45			(L'Heureux/Joël/Xavier))
16h00	Jeu Halle 16h00-17h00	Jeu Halle 16h00-17h00	
16h15	Uni hockey	Uni hockey	
16h30	Salle 1	Salle 2	
16h45	(Serge)	(Jérôme)	
17h00			
17h15			
17h30			
17h45			
18h00			

	Mercredi 20.10.2022		
	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
07h00			
07h15			
07h30	Glacé 7h30-8h30	Glacé 7h30-8h30	Sport Halle 7h30-8h30
07h45	(Power skating)	(Power skating)	(Jennifer Bueche)
08h00	(Gautier / Serge / L'Heureux)	(Gautier / Serge / L'Heureux)	
08h15			
08h30			
08h45	Colation 8h45-9h15	Colation 8h45-9h15	Glacé 8h45-9h45
09h00			(Power skating)+ (Gardien)
09h15			(Gautier/Kohler/Joël/L'Heureux)
09h30	Sport Halle 9h30-10h30	Sport Halle 9h30-10h30	
09h45	Jeu	Jeu	
10h00	(+Parents)	(Jennifer Bueche)	Colation 10h-10h30
10h15			
10h30			
10h45	Sport Halle 10h30-11h30	Sport Halle 10h30-11h30	Préparation SIHD
11h00	(Jennifer Bueche)	Jeu	10h45-11h45
11h15		(+Parents)	Séance avec Joël
11h30			
11h45	Diner 11h30-12h15	Diner 11h30-12h15	
12h00			
12h15			Diner 12h15-13h00
12h30			
12h45			
13h00	Jeu Halle	Jeu Halle	
13h15	Parcours du combattant	Parcours du combattant	Off ice 13h15-14h15
13h30	13h00-14h00	13h00-14h00	(Marc L'Heureux / Kohler)
13h45	(Xavier/Serge/Joël)	(Xavier/Serge/Joël)	
14h00	Colation	Colation	Jeu Halle
14h15			Parcours du combattant
14h30			14h00-15h00
14h45			(Xavier/Serge/Joël)
15h00	Glacé 15h00-16h00	Glacé 15h00-16h00	Cool & Clean 15h00-16h00
15h15	(L'Heureux/Xavier/Serge/Jérôme)	(L'Heureux/Xavier/Serge/Jérôme)	(Odile Pelletier/ Joël)
15h30			
15h45			
16h00			
16h15	Cool & Clean	Cool & Clean	Glacé 16h15-17h30
16h30	16h15-17h30	16h15-17h30	(L'Heureux/Joël)
16h45	(Odile Pelletier/Jérôme)	(Odile Pelletier/Serge)	
17h00			
17h15			
17h30			
17h45			
18h00			

	Jeudi 21.10.2022		
	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
07h00			
07h15			
07h30	Glacé 7h30-8h30	Glacé 7h30-8h30	Sport Halle 7h30-8h30
07h45	(L'Heureux/Serge/Jérôme)	(L'Heureux/Serge/Jérôme)	(Joël/Xavier)
08h00			
08h15			
08h30			
08h45	Colation 8h45-9h15	Colation 8h45-9h15	Glacé 8h45-9h45
09h00			(L'Heureux/Joël/Xavier)
09h15			
09h30	Sport Halle 9h30-10h30	Sport Halle 9h30-10h30	
09h45	(Serge/Jérôme)	(Serge/Jérôme)	
10h00			Colation 10h-10h30
10h15			
10h30			
10h45	Shoot	Shoot	Technique canne / Passe
11h00	(hors glace) 10h45-11h30	(hors glace) 10h45-11h30	(Hors glace) 10h45-11h45
11h15	(Serge/Jérôme)	(Serge/Jérôme)	(L'Heureux/Joël)
11h30			
11h45	Diner 11h30-12h15	Diner 11h30-12h15	
12h00			
12h15			Diner 12h15-13h00
12h30	Off ice 12h45-13h15	Off ice 12h45-13h15	
12h45	(L'Heureux/Serge/Jérôme)	(L'Heureux/Serge/Jérôme)	Off ice 13h00-13h30
13h00			(L'Heureux/Joël)
13h15			
13h30			
13h45	Glacé 13h30-14h45	Glacé 13h30-14h45	Laser Game 13h30-14h45
14h00	(L'Heureux/Serge/Jérôme/	(L'Heureux/Serge/Jérôme/	(Jonas Ertzer)
14h15	Xavier)	Xavier)	
14h30			
14h45	Colation	Colation	Colation
15h00			
15h15			
15h30	Laser Game 15h15-16h30	Laser Game 15h15-16h30	Glacé 15h15-16h30
15h45	(Jonas Ertzer)	(Jonas Ertzer)	(L'Heureux/Joël)
16h00			
16h15			
16h30			
16h45			
17h00			
17h15			
17h30			
17h45			
18h00			