

HORAIRE 2010-2011

Rimouski | Langevin

Septembre	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Sur glace				30	
Entraînements hors glace					
Théorique				28	
Octobre					
Sur glace	4-6	13*	18-20	27	-
Entraînements hors glace		12**		26	-
Théorique					-
Novembre					
Sur glace	1-4	10	15-17	24	29
Entraînements hors glace		9		23	
Théorique					
Décembre					
Sur glace	1	8	-	-	-
Entraînements hors glace		7	-	-	-
Théorique			-	-	-
Janvier					
Sur glace	5	10-12	19	24-26	-
Entraînements hors glace			18		-
Théorique	4				-
Février					
Sur glace		7-9	15	21-23	-
Entraînements hors glace			14		-
Théorique	1				-

Mars	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5
Sur glace		9	14-16*	23	28-30
Entraînements hors glace		8**			
Théorique					
Avril					
Sur glace	7	12			
Entraînements hors glace					
Théorique					

*** Tests sur glace :**
13 octobre 2010
16 mars 2011

**** Test physique hors glace :**
12 octobre 2010
8 mars 2011

Dates de reprises des entraînements sur glace, si nécessaire : 28 mars, 7, 12 et 30 avril