



**Polyvalente de
Thetford Mines**



PROGRAMME SPORTIF

CHOISIS TON TERRAIN DE JEU

2026-2027

19 DISCIPLINES. UNE MÊME ÉQUIPE

01 FOOTBALL

- **Groupes** : Benjamin à Juvénile (secondaire 1 à 5)
- **Horaire** : 2 séances/semaine après les cours
- **Saison** : 8 matchs, séries et camp printanier
- **À prévoir** : espadrilles à crampons et protecteur buccal; équipement et transport fournis

03 CHEERLEADING

- **Accès** : ouvert à tous; aucune expérience requise
- **Horaire** : 2 séances/semaine à 16 h
- **Compétitions** : 3 compétitions régionales ou provinciales

05 ATHLÉTISME

- **Activités** : courses, sauts et lancers; tous les niveaux
- **Horaire** : 2 séances/semaine
- **Compétitions** : régionales; provinciales selon la qualification

07 FUTSAL

- **Formule** : futsal intérieur
- **Horaire** : 1 entraînement/semaine dès la mi-octobre
- **Compétitions** : 4 tournois; championnat possible

09 GOLF INITIATION

- **Formule** : initiation ou développement
- **Horaire** : 2 séances par bloc de 3 semaines; extérieur (automne/printemps), intérieur (hiver)
- **Inclus** : prêt d'équipement

02 HOCKEY

- **Groupes** : D1 relève (horaire scolaire) et D3
- **Horaire** : glace le matin ou le soir
- **Saison** : 24 à 28 matchs, séries et 2 tournois
- **Inclus** : transport en semaine

04 VOLLEYBALL

- **Horaire** : 2 séances/semaine; midi, période d'accueil ou après les cours
- **Compétitions** : 5 tournois dès la mi-octobre; championnat possible
- **À prévoir** : genouillères et espadrilles

06 SOCCER

- **Formule** : soccer extérieur, 7 contre 7
- **Horaire** : 1 entraînement/semaine dès septembre et environ 8 matchs les fins de semaine

08 GOLF ÉLITE

- **Groupe** : max. 10 joueurs avec Frédéric Joly (professionnel)
- **Horaire** : 1 séance/semaine; extérieur (automne/printemps), intérieur (hiver)
- **Compétitions** : 4 tournois
- **Inclus** : polo, accès membre et balles de pratique pour 2027 au Club de golf et curling de Thetford

EXPLORE TON SPORT

Peu importe ton parcours ou ton niveau de départ : il y a une place pour toi chez les Montagnards.



10 BADMINTON COMPÉTITIF

- **Accès** : tous les niveaux
- **Horaire** : 2 séances/semaine, généralement à 16 h
- **Compétitions** : 5 tournois obligatoires et championnat régional

12 BASKETBALL

- **Accès** : tous les élèves
- **Horaire** : 1 ou 2 séances/semaine, période d'accueil, midi ou soir
- **Saison** : environ 10 matchs; séries selon la qualification

14 FLAG FOOTBALL FÉMININ

- **Saison** : mars à juin; inscriptions en décembre
- **Horaire** : 2 séances/semaine; matchs surtout les fins de semaine
- **À prévoir** : espadrilles à crampons et protecteur buccal

16 TENNIS

- **Formule** : programme de 6 semaines; inscription en septembre
- **Horaire** : 1 séance/semaine, automne et printemps
- **À prévoir** : raquette et souliers; terrains près de l'école

18 YOGA

- **Formule** : session de 10 cours
- **Horaire** : mardi matin, période d'accueil
- **À prévoir** : vêtements de sport
- **Particularité** : tapis fournis

11 BADMINTON RÉCRÉATIF

- **Accès** : volet récréatif ouvert à tous
- **Horaire** : 1 séance/semaine

13 ÉQUITATION

- **Lieu** : Ferme Cliche et Lessard, Saint-Victor
- **Horaire** : 2 sessions par année, environ 10 cours; mardi après l'école
- **Particularités** : autobus à l'aller; covoiturage au retour

15 TENNIS DE TABLE

- **Accès** : ouvert à tous
- **Horaire** : 1 séance/semaine, samedi matin
- **Particularité** : organisme indépendant supervisé par un entraîneur certifié

17 PATINAGE ARTISTIQUE

- **Formule** : programme avec entraîneuse certifiée
- **Horaire** : 2 séances/semaine avant les cours
- **À prévoir** : patins et vêtements adaptés
- **Particularité** : sélection possible

19 BOXE

- **Horaire et modalités** : à confirmer

PRÊT·E À REJOINDRE LES MONTAGNARDS?

INSCRIPTIONS

Dès le 27 août
sur Microsoft Forms



Formulaire obligatoire même si l'équipe est déjà formée.
Scannez le code QR.

SCANNEZ POUR VOUS INSCRIRE

OUVERT À TOUS

PEI, adaptation scolaire, parcours régulier et autres parcours

PLUS D'UN SPORT

Inscription possible à plusieurs sports, selon l'équilibre scolaire et sportif.

PAIEMENT : facture scolaire payable en plusieurs versements (entente de paiement)

Questions : xavier.grondin@csappalaches.qc.ca