



M.S. Éducateur - Sauts

Session 2021



Date	Horaires	Module	Cours	TH/PR	H	Form.	Lieu
sam 30-10	9h00 – 10h00	CS 223	Stage didactique	TH	1	TD	Classe
	10h00 – 12h00	CS 232	Stretching	TH	2	TD	Classe /Hall
	12h00 – 13h30	Lunch					
	13h30 – 15h30	CS 231	Musculation de base	TH	2	TD	Classe
	15h30 – 17h30	CS 231	Musculation de base	PR	2	TD	Musculation
	17h30 – 18h30	CS 221	Méthodologie et gestion de groupe	TH	1	TD	Classe
	18h30 - 19h30	CS 222	Technologie au service de l'entraînement	TH	1	TD	Classe
dim 31-10	8h30 - 12h30	CS 224	Particularités et fondamentaux communs aux spécialités sauts	TH	4	L	Classe
	12h30 – 13h30	Lunch					
	13h30 – 16h30	CS 225	Techniques spécifiques : longueur	TH	3	L	Classe
	16h30 -18h30	CS 225	Techniques spécifiques : longueur	PR	2	L	Sautoir
	18h30 - 19h30	CS 238	Renforcement spécifique longueur	TH/PR	1	L	Sautoir
	19h30 – 20h30	CS 211	Organisation des structures fédérales	TH	1	TD	Classe
lun 01-11	9h00 – 12h00	CS 225	Techniques spécifiques : perche	TH	3	TD	Classe
	12h00 – 13h30	Lunch					
	13h30 - 15h30	CS 225	Techniques spécifiques : perche	PR	2	TD	Sautoir
	15h30 - 16h30	CS 238	Renforcement spécifique Perche	TH	1	TD	Sautoir
	17h30 – 18h30	CS 212	Règlement technique	TH	1	MV	Classe
	18h30 - 19h30	CS 241	Sécurité Athlétique	TH	1	MV	Classe
mar 02-11	9h00 – 12h00	CS 225	Techniques spécifiques : triple saut	TH	3	L	Classe
	12h00 – 13h30	Lunch					
	13h30 – 15h30	CS 225	Techniques spécifiques : triple saut	PR	2	L	Sautoir
	15h30 - 16h30	CS 238	Renforcement spécifique Triple	TH/PR	1	L	Hall
	16h30 -19h30	CS 234	Programmation et périodisation	TH	3	L	Classe
mer 03-11	09h00 – 12h00	CS 225	Techniques spécifiques : hauteur	TH	3	MM	Classe
	12h00 – 13h30	Lunch					
	13h30 – 16h30	CS 225	Techniques spécifiques : hauteur	PR	2	MM	Sautoir
	16h30 – 17h30	CS 238	Renforcement spécifique hauteur	TH/PR	1	MM	Hall
jeu 04-11	09h00 – 12h00	CS 233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	3	L	Classe
	12h00 – 13h30	Lunch					
	13h30 – 15h30	CS236	Évaluation de l'entraînement	TH/PR	2	L	Classe / Hall
	15h30 – 19h30	CS234	Programmation et périodisation	L	4	L	Classe
ven 05-11	09h00 – 12h00	CS 235	Moyens et formes d'entraînement	PR	3	L	Classe
	12h00 – 13h00	Lunch					
	13h00 – 17h00	CS 237	Applications : Travaux pratiques	PR	4	L	Classe
	17h00 - 20h00	CS 235	Moyens et formes d'entraînement	PR	3	L	Classe

Formateurs : Luc DELPORTE, Thibaut DUVAL, Marc MURRYN, et Martine VANDENBROUCK

62