



# M.S. Éducateur – Sprint/Haies/Relais

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	09h00 -12h00	CS 233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	3	S	Classe	
	12h00 – 13h30	Lunch						
	12h00 – 15h00	CS 225	Technique spécifique Sprint	TH	3	S	Classe	
	15h00 – 18h00	CS 225	Technique spécifique Sprint	PR	3	S	Hall	
	19h00 – 20h00	CS 211	Organisation des structures fédérales	TH	1	TD	Classe	
lun 01-11	08h00 – 10h00	CS 234	Programmation, périodisation	TH	2	S	Classe	
	10h00 – 12h00	CS 236	Évaluation du sprinter	TH/PR	2	S	Classe/Hall	
	12h00 - 13h30	Lunch						
	13h30 – 15h30	CS 224	Particularités et fondamentaux des relais	TH	2	A	Classe	
	15h30 – 16h30	CS 225	Technique spécifique relais	TH	1	A	Classe	
	16h30 - 17h30	CS 225	Technique spécifique relais	PR	1	A	Classe	
	17h30 – 18h30	CS 212	Règlement technique	TH	1	TD	Classe	
	18h30 - 19h30	CS 241	Sécurité Athlétique	TH	1	TD	Classe	
mar 02-11	09h00 – 12h00	CS 235	Moyens et formes d'entraînement	TH	3	S	Classe	
	12h00 -13h00	Lunch						
	13h00 – 16h00	CS 238	Musculation spécifique : Sprint	TH/PR	3	S	Musculation	
	16h00 - 19h00	CS 237	Applications : Travaux pratiques	TH	3	S	Classe	
mer 03-11	09h00 – 12h00	CS 233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	3		Classe	
	12h00 -13h30	Lunch						
	13h30 – 15h30	CS224	Particularités et fondamentaux des haies	TH	2		Classe	
	15h30 – 18h30	CS235	Moyens et formes d'entraînement	TH	3		Classe	
	09h00 – 12h00	CS 225	Technique spécifique haies	TH	3		Classe	
jeu 04-11	12h00 -13h30	Lunch						
	13h30– 16h30	CS 225	Technique spécifique haies	PR	3		Classe	
	16h30 - 17h30	CS 238	Musculation spécifique : Haies	TH/PR	1		Musculation	
	09h00 – 11h00	CS 234	Programmation, périodisation	TH	2		Classe	
ven 05-11	11h00 – 12h00	CS 234	Programmation, périodisation	PR	1		Classe	
	12h00 -13h00	Lunch						
	13h00 – 15h00	CS 236	Évaluation Haies	TH/PR	2		Classe	
	15h00 – 18h00	CS 237	Applications :Travaux pratiques	PR	3		Classe	
	Formateurs : Serge Moreaux, Thibaut DUVAL, et Martine VANDENBROUCK					61		



