



# 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						
	13h30-1630	CS 225	Technique spécifique Sprint	TH	3	S	Classe	
	16h30-19h30	CS 225	Technique spécifique Sprint	PR	3	S	Hall	
	20h00-21h00	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						
			cours relais reporté au 13/11/21 LLN					
	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	
	09h00 – 12h00	CS 233	Qualités physiques et leur efficacité	TH	3	JN	Classe	

<b>mer 03-11</b>	12h00 -13h30	Lunch					
	13h30 – 15h30	CS224	Particularités et fondamentaux des haies	TH	2	JN	Classe
	15h30 – 18h30	CS235	Moyens et formes d'entraînement	TH	3	JN	Classe
	09h00 – 12h00	CS 225	Technique spécifique haies	TH	3	JN	Classe/Hall
<b>jeu 04-11</b>	12h00 -13h30	Lunch					
	13h30– 16h30	CS 225	Technique spécifique haies	PR	3	JN	Classe
	16h30 - 17h30	CS 238	Musculation spécifique : Haies	TH/PR	1	JN	Musculation
<b>ven 05-11</b>	09h00 – 11h00	CS 234	Programmation, périodisation	TH	2	JN	Classe
	11h00 – 12h00	CS 234	Programmation, périodisation	PR	1	JN	Classe
	12h00 -13h00	Lunch					
	13h00 – 15h00	CS 236	Évaluation Haies	TH/PR	2	JN	Classe
	15h00 – 18h00	CS 237	Applications :Travaux pratiques	PR	3	JN	Classe
<b>sam 13-11</b>	15h30-17h30	CS 224	Particularités et fondamentaux des relais	TH	2	AM	Classe
	17h30-18h30	CS 225	Technique spécifique relais	TH	1	AM	Classe
	18h30-19h30	CS 225	Technique spécifique relais	PR	1	AM	Classe
Formateurs : Serge Moreaux, Thibaut DUVAL, et Jonathan Nsenga, André Michel					61		