



LOUIS-RIEL

ACADÉMIE DE BASKETBALL

DESTINÉ AUX ÉLÈVES-ATHLÈTES DE LA 9^e À LA 12^e ANNÉE



LOUIS-RIEL.CEPEO.ON.CA

613-590-2233



@louisrielsports



@ESPLouisRiel



Conseil des
écoles publiques
de l'Est de l'Ontario

Passion - Excellence - Respect



À PROPOS DE L'ACADÉMIE



L'Académie de basketball féminin Louis-Riel met au premier plan le développement axé sur la joueuse. Entièrement intégrée dans le cadre scolaire, l'Académie permet l'équilibre idéal entre l'entraînement de basketball, la compétition de haut niveau, la préparation physique, la récupération et la réussite scolaire.

Dirigée par un entraîneur d'expérience aux niveaux provinciales et nationales, l'Académie offre un environnement de haute performance au quotidien qui prépare les élèves-athlètes du secondaire aux exigences du basketball universitaire ou collégial.

Le basketball a toujours fait partie de la vie à Louis-Riel. Le programme de basketball n'a cessé de croître depuis son inauguration au programme de Sports-Études de l'école, soit depuis 2005. L'Académie de basketball féminin Louis-Riel a été officiellement inaugurée en 2016.

L'Académie de basketball Louis-Riel est fière de développer de meilleures joueuses, de meilleures élèves et de meilleures citoyennes. Les athlètes de Louis-Riel affichent un comportement exemplaire sur et hors terrain.

FONCTIONNALITÉ DU PROGRAMME

Environnement de basketball de haute performance

Exemple d'une semaine typique :

- Lundi - musculation et conditionnement, pratique d'équipe
- Mardi - entraînement individuel (mobilité et étirements)
- Mercredi - entraînement individuel (musculation et conditionnement)
- Jeudi - musculation et conditionnement, pratique d'équipe
- Vendredi (pré-saison) - entraînement, pratique d'équipe
- Vendredi (en saison) - échauffement, match
- Samedi - match occasionnel contre une équipe visitante

Des installations de premier ordre

- Gymnase de taille standard
- Terrain supplémentaire conforme aux normes de FIBA au Dôme LR
- Salle de musculation et équipement d'entraînement de haute performance

Accès aux spécialistes du sport

- Nutritionniste
- Entraîneur en préparation mentale
- Entraîneur en musculation
- Thérapeute athlétique

Entraînements complémentaires

- Yoga
- Course à pied
- « Mini-Jeux olympiques » lors de la période hors-saison
- Encouragé à développer des habiletés athlétiques en pratiquant d'autres sports
- Entraînement périodisé
- Focus sur la prévention des blessures

Technologie avancée

- Krossover (plateforme de dépistage et d'analyse vidéo)
- Coach's Eye (analyse de la technique vidéo au ralenti)
- Moniteur de fréquence cardiaque Polar
- Un partenariat exclusif avec le programme Nike Team qui fournit des uniformes et des équipements de classe mondiale

Avancement des joueuses

- Visites fréquentes des entraîneurs du niveau universitaire/collégial
- Jouer dans une ligue dépistée et développée par Basketball Ontario & Canada
- Académie dirigée par un entraîneur des programmes des équipes provinciales et nationales

Valeur inégalée

- Le programme se déroule tout au long de l'année scolaire, plus un programme de musculation et de conditionnement d'été
- Sans les coûts de location des installations et du personnel, intégrés au programme sports-études de l'école, les frais de l'Académie sont avantageux aux autres options de basketball de la région



JOUER DANS LE ONTARIO SCHOLASTIC BASKETBALL ASSOCIATION

L'Académie de basketball féminin Louis-Riel est un membre fondateur du Ontario Scholastic Basketball Association. Le OSBA a débuté en 2016 avec 8 équipes et est maintenant passée à 14. La ligue comprend les meilleures académies de basketball scolaire de la province.

Créée en partenariat avec Basketball Ontario, l'ASBO reste conforme aux philosophies de développement à long terme des athlètes des équipes provinciales et nationales, ciblant les athlètes à l'étape « S'entraîner à la compétition » du modèle DLTA.

L'ASBO fait partie d'un changement global dans le basketball ontarien du secondaire. Il corrige les failles passées du système de compétition, qui ont souvent causé des blessures et de l'épuisement chez les joueurs surchargés par les exigences de l'école, du club et d'autres voies de compétition.

L'ASBO met l'accent sur la qualité et l'entraînement périodisé afin que les athlètes puissent se préparer au basketball de niveau supérieur. La grande majorité des joueurs de l'ASBO mise éventuellement jouer au niveau universitaire ou collégial.

La saison régulière de la ligue est de 18 matchs qui se déroule d'octobre à février, offrant ainsi une pause printanière pour garantir que les joueurs puissent récupérer et atteindre leur niveau de performance optimal lors des opportunités estivales avec les programmes provincial et national.

RÉSUMÉ DE L'ENTRAÎNEUR

- ✓ Plus de 20 ans d'expérience, a commencé à Louis-Riel en 1998
- ✓ Entraîneur adjoint de l'équipe nationale féminine cadette d'Équipe Canada
- ✓ Médaillé de bronze aux Championnats du monde féminin moins-17 FIBA de 2012
- ✓ Entraîneur mentor avec l'équipe nationale canadienne féminine et junior
- ✓ Entraîneur certifié de la stratégie de l'athlète ciblé de Basketball Canada et développeur maître de l'entraîneur
- ✓ Entraîneur du Centre ontarien de performance
- ✓ Entraîneur d'équipes championnes nationales
- ✓ Entraîneur d'équipes championnes FASSO
- ✓ Ancien entraîneur adjoint des Gee-Gees masculin de l'Université d'Ottawa
- ✓ Propriétaire de Fastbreak Basketball Programs
- ✓ Certification d'entraîneur de niveau 4 du PNCE

LinkedIn Voir le résumé d'André sur linkedin:
<https://ca.linkedin.com/in/andre-desjardins-55460b7b>



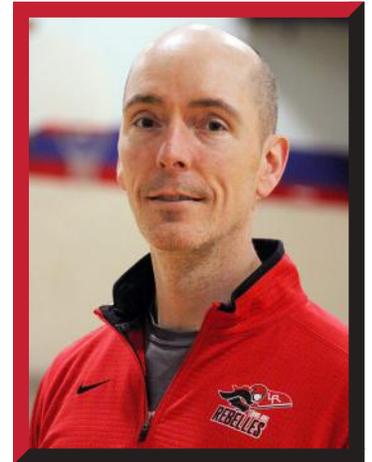
Lire un profil d'entraîneur SportsOttawa.com sur André :
<https://sportsottawa.com/2017/02/09/andre-desjardins-apporte-au-programme-de-basketball-de-louis-riel-son-experience-en-tant-quentraîneur-de-lequipe-canadienne>

ANDRÉ DESJARDINS

Entraîneur-chef,
Académie de
basketball Louis-Riel

andre.desjardins@cepeo.on.ca

@CoachAndre



« Le lien qui existe entre le joueur et l'entraîneur est incomparable; c'est la chose qui nous permet de réellement influencer les jeunes. Être en mesure de les orienter et de les aider à prendre de bonnes décisions – enseigner des leçons de vie par le sport – c'est ce qui compte. »

« Ce que j'essaie de leur transmettre à travers le basketball, c'est comment être un meneur, comment travailler au sein d'un organisme, se tailler une place, être autonome, inspirer le dynamisme, être un exemple à suivre et simplement s'engager encore plus. Cela montre l'influence véritable qu'un programme comme celui-ci peut avoir. »



« C'est vraiment cool qu'(André) est entraîneur avec Équipe Ontario et Équipe Canada. Il peut prendre tout ce qu'il obtient de ces camps et nous aider à faire passer notre jeu au niveau supérieur. Et j'aime vraiment qu'il donne toujours des commentaires et que nous ayons une communication vraiment ouverte. »

« J'ai transféré à Louis-Riel pour ma dernière année et au début de la saison, j'étais frustrée parce que c'était un grand changement. Mais à l'heure du dîner, je pouvais simplement aller parler à André

et il m'aidait. Il a toujours du temps pour nous et il nous pousse toujours à être meilleures. »

— Alana Renon, Gee-Gees de l'Université d'Ottawa

« (André) m'a offert de nombreuses opportunités. Il a été là pour moi tout au long de mon parcours. Il est un entraîneur extraordinaire et nous soutient extrêmement bien. »

« Ça me manque de le voir tous les jours maintenant que je suis à l'université, mais je sais que je peux toujours lui parler chaque fois que j'ai un problème ou une question. »

« J'apprécie vraiment tout son soutien. Je l'adore comme entraîneur. »



— Taylor Featherstone, Dinos de l'Université de Calgary



UNE TRADITION D'EXCELLENCE

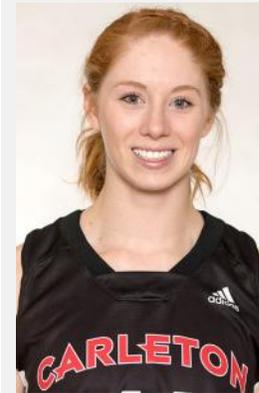


Louis-Riel possède une belle fiche d'athlètes qui se taillent une place aux prochains niveaux dans le sport. Rencontrer quelques-unes de nos diplômées :



KELLIE RING

Ancienne championne FASSO avec les Rebelles de Louis-Riel, elle a ensuite joué pour les **GEE-GEES DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA**, gagnant la distinction de recrue universitaire canadienne de l'année lors de sa première année. A remporté une médaille d'or en Ontario et une en bronze au Canada avec les GEE-GEES. A remporté plusieurs honneurs d'équipes d'étoiles et d'étoile académique « All-Canadian ». A rejoint les **RAMS DE L'UNIVERSITÉ RYERSON** pour sa dernière saison universitaire tout en étudiant pour une maîtrise en médias numériques et en travaillant avec l'équipe des communications du Comité olympique canadien. A joué pour l'**ÉQUIPE CANADA** à 6 reprises, dont les Jeux panaméricains de 2011.



CATHERINE TRAER

Coéquipière de Kellie Ring et championne de FASSO, est également passée aux **GEE-GEES DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA**. Plus tard, a rejoint les **RAVENS DE L'UNIVERSITÉ CARLETON** tout en complétant une maîtrise en science politique. A mené les Ravens à leur premier titre national universitaire canadien au cours de sa dernière année, terminant comme joueuse par excellence du match de championnat. A représenté l'**ÉQUIPE CANADA** sur le circuit FIBA 3x3 en 2019, aux Jeux du Commonwealth de 2018 en Australie, aux Jeux mondiaux étudiants FISU 2017 à Taïwan et l'**Équipe Canada-Québec** aux Jeux de la Francophonie 2017 en Côte d'Ivoire.

ASHLEY POLACEK

Championne nationale avec l'équipe Ontario moins-17 et une autre ancienne championne FASSO avec les Rebelles. Elle a continué de jouer au basket NCAA pour les **KNIGHTS DE L'UNIVERSITÉ DE LA FLORIDE CENTRALE**. A mené les recrues de l'American Athletic Conference avec 2.9 aides/match sa première année. A transféré à **L'UNIVERSITÉ APPALACHIAN STATE**, contrôlant désormais le terrain des Mountaineers en tant que garde de point partante. Quatrième au chapitre de points par match et meneuse pour les minutes jouées, aides et vols pour sa première année avec sa nouvelle équipe.



MICAËLLA RICHÉ

Après avoir représenté l'**ÉQUIPE CANADA** pour les équipes nationales U15, U17 et U18 (et aussi remporté FASSO en tant que Rebelles), elle a joué 4 ans de basketball dans la NCAA avec les **GOLDEN GOPHERS DE L'UNIVERSITÉ DU MINNESOTA**. A terminé parmi les 25 meilleures joueuses de la NCAA en pourcentage de points inscrits et a remporté les honneurs académiques de la conférence Big Ten. Entraîneuse pendant 3 ans à Kansas State University. A joué 2 saisons en tant que **JOUEUSE PROFESSIONNELLE EN GRÈCE**. A travaillé comme dépisteuse nationale de basketball féminin pour le North Pole Hoops. Elle vise à aider la prochaine génération de joueuses à exceller dans le basketball et dans la vie.



Classe de diplômées : Les premiers groupes de joueuses ont diplômé de l'Académie en 2018 et 2019. Chacune est passée au niveau universitaire ou collégial :

TAYLOR FEATHERSTONE



DINOS DE L'UNIVERSITÉ DE CALGARY

BILAN KHADAR



RIDGEBACKS DE L'UNIVERSITÉ ONTARIO TECH

ALANA RENON



GEE-GEES DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA

ALEXIA SMITH



AXEWOMEN DE L'UNIVERSITÉ ACADIA

COMMENT S'INSCRIRE

Contactez l'entraîneur-chef de l'Académie de basketball féminin de Louis-Riel André Desjardins (andre.desjardins@cepeo.on.ca) ou le coordonnateur du programme sports-études de Louis-Riel, Ken Levesque (ken.levesque@cepeo.on.ca). Un essai sera organisé ou une recommandation d'un entraîneur sera demandée. Une entrevue de suivi sera menée pour déterminer les objectifs de la joueuse et son dévouement à jouer et à apprendre le sport. D'autres possibilités de perfectionnement sont également disponibles grâce aux programmes sports-études et sports-exploratoires (de 7^e et 8^e année) à Louis-Riel avant d'entrer dans l'environnement de l'Académie à part entière.

SPORTS
ÉTUDES
EXCELLENCE

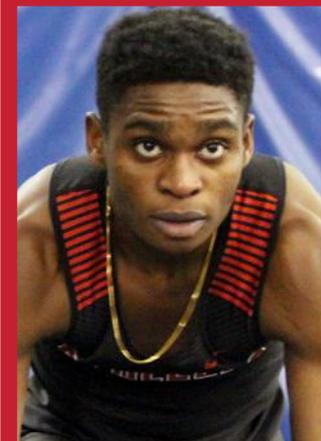
REBELLES

LEADERSHIP
INNOVATION
PASSION



LE PROGRAMME SPORTS-ÉTUDES DE L'ÉCOLE SECONDAIRE PUBLIQUE LOUIS-RIEL

ATHLÉTISME | BASKETBALL | CHEER | DANSE | FOOTBALL



GOLF | HOCKEY | INDIVIDUEL | SKI | SOCCER | VOLLEYBALL



LOUIS-RIEL.CEPEO.ON.CA

613-590-2233



@louisrielsports



@ESPLouisRiel



Conseil des
écoles publiques
de l'Est de l'Ontario

Passion - Excellence - Respect



À PROPOS DU PROGRAMME



Mis sur pied en 2005, le programme Sports-Études de l'école secondaire publique Louis-Riel s'est rapidement imposé comme un leader et un innovateur qui favorise l'excellence académique et sportive. Il s'agit du programme de choix pour les élèves-athlètes du niveau secondaire qui sont motivés à réussir dans leurs activités scolaires et athlétiques.

LA FORMULE SPORTS-ÉTUDES

L'équilibre idéal entre les études et la pratique du sport

- Le programme permet aux athlètes d'atteindre des niveaux optimaux de performance
- La formule offre le soutien nécessaire au maintien d'un rendement scolaire de haut niveau

Les élèves inscrits au programme Sports-Études ont quatre périodes à l'horaire par jour

- Les cours débutent à 8 h 45 h et se terminent à 15 h 00
- Les élèves suivent trois cours de 75 minutes dans un environnement d'apprentissage classique
- Ils effectuent un entraînement sportif ou physique durant la quatrième période
- Ils reçoivent un crédit d'éducation physique chaque semestre tout en **VIVANT UNE EXPÉRIENCE HORS PAIR**



PRÉPARATION OPTIMALE EN VUE DES PROGRAMMES DE SPORTS UNIVERSITAIRES

L'environnement favorise la poursuite des études et l'obtention de bourses d'études postsecondaires

- Les exigences du programme Sports-Études sont semblables à celles des programmes de sports universitaires
- Quatre années d'expérience de gestion d'horaire facilitent une transition tout en douceur
- Des séances d'information et de préparation à la vie universitaire sont offertes
- Les élèves peuvent suivre tous les cours universitaires préalables durant les heures normales de cours
- Les élèves animés par des objectifs communs se motivent mutuellement

ENTRAÎNEURS DE TOUT PREMIER PLAN

Chaque volet sportif est dirigé par un entraîneur chevronné

- Chaque entraîneur va au-delà du simple devoir et permet aux élèves de vivre une expérience sans égal dans le système scolaire
- De nombreux membres du personnel sont également des entraîneurs d'équipes provinciales/nationales
- Les entraîneurs aident les élèves à coordonner leurs horaires chargés et à mettre en œuvre un plan de réussite scolaire et sportive

Séances avec des professionnels du sport

- Nutritionniste
- Entraîneur en préparation mentale
- Thérapeute sportif
- Docteur en médecine sportive
- Accès prioritaire à la clinique de physiothérapie du Dôme LR
- Entraîneurs/athlètes invités de niveau élite



« Le programme Sports-Études m'a beaucoup aidé à me préparer pour l'université. J'ai appris comment gérer mon temps afin de pouvoir faire face à mes engagements scolaires et sportifs. Les entraîneurs m'ont vraiment aidé à perfectionner mes habiletés dans des installations exceptionnelles. À mon avis, ce programme est tout simplement le meilleur au monde. »

— **Abdou Samaké,**
équipe des Wolverines de l'Université du Michigan



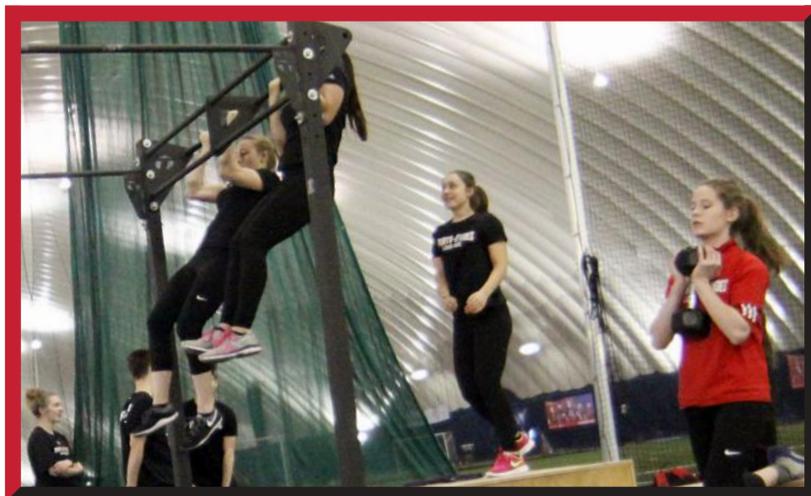
ADAPTÉ SELON LES BESOINS



ACCUEIL D'ATHLÈTES DE NIVEAU ÉLITE

Philosophie bien ancrée pour soutenir la quête de dépassement de soi de chaque athlète

- L'école comprend intégralement les exigences personnelles qui incombent au sport de haut niveau
- Les enseignants font preuve de souplesse afin d'accommoder les athlètes qui doivent s'absenter de l'école en raison d'entraînements ou de compétitions
- Des versions électroniques des résumés de cours et des travaux sont disponibles
- Les cours peuvent être suivis en ligne
- Les dates des examens et de remise des travaux peuvent être modifiées
- Un club d'aide aux devoirs est offert



« Le programme est parfait. L'autobus me conduit jusqu'à mon club et ainsi mes parents n'ont pas besoin de passer me prendre chaque jour pour m'amener à mes cours de gymnastique. De plus, mes enseignants savent que je dois quitter mes cours avant la fin, donc ils m'encadrent très bien académiquement. »

— *Avery Rosales, gymnaste*

TRANSPORT GRATUIT

- Les autobus de l'école transportent les élèves à toutes les activités sportives qui se déroulent à l'extérieur des lieux
- Les élèves ont accès aux arénas, aux pentes de ski, aux clubs sportifs de la communauté, etc., durant la journée
- Le programme attire des élèves de toute la région
- Les élèves peuvent profiter du transport gratuit par autobus scolaire ou par transport en commun d'OC Transpo

PARTENARIAT AVEC NIKE

- L'école Louis-Riel a établi un partenariat exclusif avec Nike et son programme Nike Team, qui est généralement réservé aux universités
- Les élèves-athlètes reçoivent des uniformes, des vêtements et de l'équipement de calibre international

UNE ÉDUCATION DE HAUTE QUALITÉ EN LANGUE FRANÇAISE

- Un environnement d'apprentissage dynamique, accueillant et chaleureux
- Un milieu voué à la réussite personnelle, scolaire et sociale
- La diversité est reconnue, appréciée et recherchée
- Le programme permet d'acquérir les habiletés et les connaissances requises pour prospérer dans un monde en évolution constante



VALEUR INÉGALÉE

- Les frais varient selon les volets sportifs
- Tous les programmes fournissent une valeur ajoutée qui n'a pas son pareil dans d'autres milieux sportifs

REBELLES UN JOUR, REBELLES TOUJOURS.

- Ambiance familiale dans une école plus petite
- Liens solides entre les élèves et le personnel
- Aucun élève ne passe à travers les mailles du filet
- Esprit d'appartenance à l'école exceptionnel
- Occasions d'engagement dans la collectivité

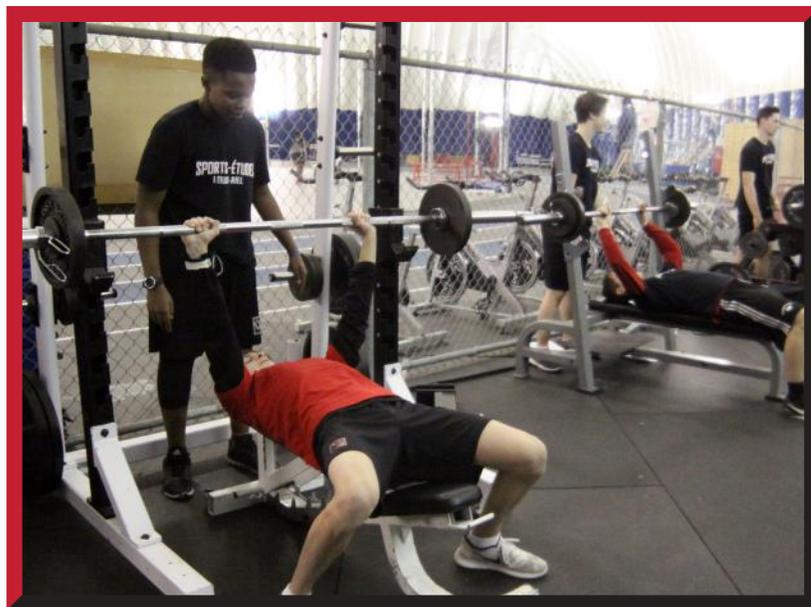


DÔME LR - LE CENTRE IDÉAL



DÔME SPORTIF DE CALIBRE INTERNATIONAL

- Grande salle d'entraînement et de musculation
- Jeu complet d'appareils d'entraînement de haute performance
- Seule piste intérieure de 400 mètres au Canada, équipée d'une surface Mondo de qualité supérieure
- Surface de jeux multisports équipée d'un terrain de soccer pleine grandeur conforme aux normes de la FIFA
- Plancher de gymnase pour les terrains réglementaires de volleyball et de basketball
- Accès prioritaire à une clinique privée de physiothérapie à tarifs réduits
- L'école dispose d'un accès exclusif au dôme de 8 h 30 à 17 h 00, du lundi au vendredi
- Des athlètes olympiens et professionnels s'entraînent au dôme



ENTRAÎNEMENT PERSONNALISÉ

JEAN-ROBERT LÉGER

Entraîneur de musculation du programme Sports-Études de l'école Louis-Riel

- Diplômé agréé du programme de kinésiologie de l'Université d'Ottawa
- Ce spécialiste forme de nombreux athlètes professionnels
- Il enseigne les bonnes techniques corporelles d'entraînement physique (motricité de base)
- Il élabore des plans adaptés aux besoins de chacun des athlètes afin de les aider à améliorer leurs habiletés dans leur discipline
- L'entraînement périodisé permet d'atteindre une performance de pointe et une récupération appropriée



UNE CULTURE DE DÉVOUEMENT

« Les entraîneurs dont nous disposons ici sont vraiment de très haut niveau. C'est vraiment impressionnant de constater l'expertise qu'ont les entraîneurs et le dévouement dont ils font preuve à l'égard de leurs athlètes. Ils utilisent beaucoup de leur temps libre - l'heure du dîner, les périodes avant ou après l'école - afin de faire faire des exercices supplémentaires aux élèves, d'avoir des rencontres individuelles pour évaluer où ils en sont et où ils veulent aller et d'élaborer un programme adapté à leurs besoins. C'est là une grosse partie de la culture de l'école : les entraîneurs sont voués à aider les élèves à être les meilleurs possible. »

- Ken Levesque, coordonnateur du programme Sports-Études

SPORTS
ÉTUDES
EXCELLENCE

REBELLES

LEADERSHIP
INNOVATION
PASSION



LE PROGRAMME SPORTS-EXPLORATOIRES DE
L'ÉCOLE SECONDAIRE PUBLIQUE

LOUIS-RIEL

DESTINÉ AUX ÉLÈVES-ATHLÈTES DE LA 7^e ET DE LA 8^e ANNÉE



LOUIS-RIEL.CEPEO.ON.CA

613-590-2233



@louisrielsports



@ESPLouisRiel



Conseil des
écoles publiques
de l'Est de l'Ontario

Passion - Excellence - Respect



À PROPOS DU PROGRAMME



Le programme Sports-Exploratoires de l'école secondaire publique Louis-Riel expose les élèves de l'école intermédiaire à une vaste gamme de sports et d'activités (adhérant aux principes de développement à long terme de l'athlète). On y enseigne des notions fondamentales relatives à un mode de vie actif et sain, ce qui permet aux élèves-athlètes de participer à des activités physiques en toute confiance et d'obtenir les fondements nécessaires à la réalisation d'entraînements de haut niveau.

Tout comme son programme Sports-Études de renom (destiné aux élèves de niveau secondaire), le programme sports-exploratoires est conçu afin de satisfaire les besoins des élèves-athlètes, dont l'adaptation des horaires scolaires afin de faciliter le respect des engagements sportifs.

CAMP DE PLEIN AIR EN DÉBUT D'ANNÉE

- 7^e année : une nuitée en refuge
- 8^e année : une nuitée en camping
- Création d'entrée de jeu de liens d'amitié, d'un climat de camaraderie et d'un esprit d'équipe



« C'est vraiment amusant d'avoir des amis qui aiment aussi les sports. Nous nous comprenons, car nous avons le même genre de vie. »

-Anastasia Thorpe, athlétisme



SORTIES MENSUELLES D'EXPLORATION DES SPORTS MOINS CONNUS

- Aviron
- Vélo
- Golf
- Curling
- Trampoline
- Tyrolienne
- Raquette
- Lutte
- et d'autres!

FORMATION ET PERFECTIONNEMENT DE COMPÉTENCES CONTINUS

- Étirement (yoga) et musculation (avec l'entraîneur de musculation)
- Visites mensuelles de spécialistes (nutrition, habiletés mentales, etc.)



ENTRAÎNEMENT SPÉCIFIQUE AU SPORT

- Les élèves choisissent un sport préféré à pratiquer deux fois par semaine avec des entraîneurs qualifiés selon le sport choisi
- Occasions pour des athlètes qui pratiquent un sport individuel de s'entraîner avec le club de leur collectivité durant la journée



ADAPTÉ SELON LES BESOINS



ACCUEIL D'ATHLÈTES DE NIVEAU ÉLITE

- Philosophie bien ancrée pour soutenir la quête de dépassement de soi de chaque athlète
- L'école comprend intégralement les exigences personnelles qui incombent au sport de haut niveau
- Les enseignants font preuve de souplesse afin d'accommoder les athlètes qui doivent s'absenter de l'école en raison de camps d'entraînement ou de compétitions
- Des versions électroniques des résumés de cours et des travaux sont disponibles
- Un club de rattrapage et d'aide aux devoirs est offert



TRANSPORT GRATUIT

- Les athlètes de haut niveau peuvent s'entraîner dans l'après-midi avec leur club dans la collectivité
- Des autobus du programme Sports-Études de l'école Louis-Riel transportent les élèves jusqu'à leurs différents centres d'entraînement
- Les centres sportifs sont accessibles durant la journée
- Le transport scolaire en provenance et à destination de zones rurales est disponible
- Une carte d'abonnement d'OC Transpo gratuite est remise aux élèves qui habitent en ville



« UN CLIMAT QUI PERMET AUX ÉLÈVES DE S'ÉPANOUIR »

« Un groupe scolaire est comme une famille. »

Les jeunes sont avec nous pendant six ans. Nous devons donc instaurer un climat agréable qui leur permet de s'épanouir et c'est ce que fait le programme Sports-Exploratoires. »

Ils sont tout sourire durant nos sorties. Nous avons beaucoup de plaisir. Simultanément,

nous haussons leur confiance en leur habileté à participer à des activités physiques et à adopter un mode de vie actif. »

Il s'agit vraiment d'un programme extraordinaire! J'occupe un emploi de rêve. Je m'amuse autant qu'eux. »

—Sherry Polomark,
responsable du programme Sports-Exploratoires



« Le programme est parfait. »

L'autobus me conduit jusqu'à mon club et ainsi mes parents

n'ont pas besoin de passer me prendre chaque jour pour m'amener à mes cours de gymnastique. »

Mes professeurs savent que je dois quitter mes cours avant la fin et ils me donnent tout le soutien scolaire dont j'ai besoin. »

—Avery Rosales,
gymnaste



DÔME LR - LE CENTRE IDÉAL



DÔME SPORTIF DE CALIBRE INTERNATIONAL



- Grande salle de musculation équipée d'un jeu complet d'appareils d'entraînement de haute performance
- Seule piste intérieure de 400 mètres au Canada, équipée d'une surface Mondo de qualité supérieure
- Surface de jeux multisports, équipée d'un terrain de soccer pleine grandeur conforme aux normes de la FIFA
- Plancher de gymnase pour les terrains réglementaires de volleyball et de basket-ball
- Accès prioritaire à une clinique privée de physiothérapie à tarifs réduits
- L'école dispose d'un accès exclusif au dôme de 8 h 30 à 17 h 00, du lundi au vendredi
- Des athlètes olympiens et professionnels s'entraînent au dôme

ÉDUCATION EN LANGUE FRANÇAISE

- Un environnement d'apprentissage dynamique, accueillant et chaleureux
- Un milieu voué à la réussite personnelle, scolaire et sociale
- Le programme permet d'acquérir les habiletés et les connaissances requises pour prospérer dans un monde en évolution constante



REBELLES UN JOUR, REBELLES TOUJOURS.

- Ambiance familiale
- Liens solides entre les élèves et le personnel
- Esprit d'appartenance à l'école exceptionnel
- Occasions d'engagement dans la collectivité



SPORTS
ÉTUDES
EXCELLENCE

REBELLES

LEADERSHIP
INNOVATION
PASSION