



LOUIS-RIEL VOLLEY-BALL

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 DU PROGRAMME



Le programme de volley-ball de Louis-Riel permet aux joueurs d'allier entraînement professionnel et encadrement expérimenté dans des installations de haute performance au quotidien. Il permet le meilleur environnement possible pour un élève-athlète de l'école secondaire, afin de se préparer pour les demandes du volley-ball universitaire.

Le programme offre aux élèves la participation d'une vie plus équilibrée à l'extérieur de l'école que la plupart des expériences des joueurs de volley-ball compétitifs. Les élèves-athlètes dans le programme Sports-Études de l'école reçoivent un crédit d'éducation physique pour leur entraînement quotidien durant les heures régulières de l'école.

Tous les joueurs de différents niveaux sont les bienvenus et sont encouragés à rejoindre le programme, pourvu qu'ils partagent les valeurs du volley-ball de Louis-Riel et sont prêts pour l'entraînement.

Le programme mélange tous les plaisirs traditionnels associés avec le volley-ball à l'école secondaire avec la possibilité pour les joueurs de haut niveau de se préparer aux plus grandes étapes sportives. Le programme offre aux élèves-athlètes l'unique chance de s'améliorer en tant que joueur de volley-ball et, le plus important, comme personne.

FONCTIONNALITÉ DU PROGRAMME

Entraînement tous les jours

- 2x/ semaine sur le terrain
- 2x/ semaine entraînement physique
- 1x/ entraînement variable (conditionnement, théorie en salle de classe de volley-ball, nutrition)
- Une classe sénior d'entraînement avant le dîner
- Une classe junior d'entraînement après le dîner

Entraînement concentré toute l'année

- Développement des habiletés personnalisées
- Systèmes d'équipe
- Entraînement personnel pour la préparation des championnats provinciaux et nationaux
- Entraînement de volley-ball de plage

Accès aux spécialistes du sport

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

Des outils de haute-performance

- Salle de musculation et équipement d'entraînement de volley-ball de haute performance sur place
- Vaste espace de jeu, hauts plafonds et sol de qualité supérieure dans le Dôme LR
- Gymnase standard
- Terrains de volley-ball de plage extérieurs sur le terrain de l'école
- Applications « Video Delay » et « Coach's Eye » pour rapidement revoir l'action / obtenir des remarques
- Équipement exclusif Nike Team

Entraînements complémentaires

- 4-5x / an introduisant d'autres sports tels que le baseball ou les sports de raquette
- Compétences améliorées en mécanique et en coordination œil-main transférables au volley-ball

Avancement du joueur

- De nombreux anciens Rebelles ont joué dans les meilleures équipes universitaires du Canada
- Louis-Riel bien relié aux entraîneurs et aux programmes du prochain niveau
- Des sessions avec des joueurs / entraîneurs d'universités ou d'équipes nationales

2 terrains de volley-ball réglementaires de la FIVB au Dome LR.



AU PIC DU DÉVELOPPEMENT À LONG TERME AU CANADA



Le volley-ball a toujours été au cœur du programme Sports-Études de Louis-Riel depuis le lancement de l'initiative d'avant-garde en 2005.

Les joueurs travaillent quotidiennement avec François St-Denis de Louis-Riel, également entraîneur de l'équipe provinciale / nationale junior, en été. À Louis-Riel depuis 2008, St-Denis a conçu ce programme en collaboration avec l'entraîneur-chef d'Équipe Canada, Glenn Hoag, et le fondateur du club de volley-ball Maverick à Ottawa, Kerry MacLean. Ceci place Louis-Riel à l'avant-plan de la stratégie de développement à long-terme de l'athlète, qui est maintenant utilisée partout au Canada.

Les joueurs travaillent à perfectionner les cinq habiletés principales de volley-ball: servir, passer, frapper, bloquer et défendre. En soulignant l'importance de comprendre le sport sous l'angle des perspectives d'autres positions, les joueurs se déplaceront d'une position à l'autre pour les aider à acquérir des compétences dans tous les aspects du jeu.

Le programme se déroule tout au long de l'année scolaire, de septembre à juin. Il s'aligne sur d'autres courants de compétition (volley-ball de club et niveau supérieur, de régional à international) pour promouvoir une préparation physique et une récupération idéale pour les joueurs.



UNE TRADITION D'EXCELLENCE



NOS REBELLES CHAMPIONS CHAMPIONNATS PROVINCIAUX FASSO DE LOUIS-RIEL

2018
Champions
FASSO 'A'
(Garçons)

2017
Champions
FASSO 'A'
(Garçons)

2016
Champions
FASSO 'A'
(Garçons)



2011
Champions
FASSO 'AAA'
(Filles)

2010
Champions
FASSO 'AAA'
(Filles)

Le programme de volley-ball de Louis-Riel a un grand record de joueurs avançant à un niveau supérieur dans le sport. Voici quelques anciens Rebelles :



VICKY SAVARD

Quatre fois championne de la FASSO (2x volley, 2x basket) avec les Rebelles, elle s'est jointe ensuite aux **CARABINS DE L'UNIVERSITÉ DE MONT-RÉAL**. Médaillée de bronze aux championnats canadiens universitaires. A été membre de l'**ÉQUIPE DU CANADA** lors

des Jeux FISU de 2015. À la suite d'une saison de championnat en Finlande et une saison en Autriche l'année précédente, elle **JOUE MAINTENANT PROFESSIONNELLEMENT EN ESPAGNE** pour les Minis De Arlyu Voleibol Logroño.



MAXIME ST-DENIS

Champion provincial des écoles secondaires et des clubs dans la même saison. Médaille d'or des Jeux du Canada de 2017 avec l'**ÉQUIPE DE L'ONTARIO**. Médaillé des championnats continentaux NORCECA avec les hommes juniors d'**ÉQUIPE**

DU CANADA 2018. Continue à suivre son frère plus vieux Alex, ancien joueur de club de l'année en Ontario, en jouant au volley-ball CÉGEP pour les **GRIFFONS DE L'OUTAOUAIS** afin de se préparer pour le volley universitaire de la conférence du Québec.



KELSIE ENGLISH

Aux côtés de sa soeur jumelle, Myriam, elle a terminé sa carrière universitaire en volley-ball au sein des **GEE-GEES DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA** en tant que triple joueuse étoile de la SUO, 1x étoile canadienne, et 1x joueuse de l'année SUO. Championne provinciale de la FASSO avec les Rebelles en 2010 et de la SUO avec les Gee-Gees en 2013.

provinciale de la FASSO avec les Rebelles en 2010 et de la SUO avec les Gee-Gees en 2013.

MYRIAM ENGLISH

5x joueuse étoile de la SUO, 1x équipe des recrues SUO, 2x étoile canadienne, et 1x joueuse de l'année SUO comme leader des **GEE-GEES DE L'UNIVERSITÉ D'OTTAWA**. Championne de la SUO 2013. **A JOUÉ PROFESSIONNELLEMENT EN FINLANDE**. Maintenant une enseignante d'école élémentaire, et une entraîneuse compétitive pour le club de volley-ball Maverick d'Ottawa.



ROBERT EARL

Un étudiant-athlète de haut niveau lorsqu'il a joué au volley-ball universitaire pour les **RAMS DE L'UNIVERSITÉ RYERSON**, il a remporté des prix pour ses contributions académiques, de leadership, sportives et tout en encadrant ses coéquipiers dans leurs études. Nommé capitaine de l'équipe des Rams dans sa 2ème saison. Diplômé en sciences contemporaines.



REBECCA MAXWELL

Membre de l'**ÉQUIPE DE L'ONTARIO** durant son temps à Louis-Riel. A ensuite joué au volley-ball universitaire pour les **MARAUDERS DE L'UNIVERSITÉ MCMASTER**. Finaliste de la SUO dans son année recrue. Entre dans le rôle de passeuse de départ dans sa deuxième saison. Majeur en géographie et sciences de l'environnement.



« À Louis-Riel, je pouvais entrer et avoir des répétitions quand je le voulais vraiment - plus que la plupart de mes coéquipiers de volley-ball club. C'était vraiment bien d'avoir cet avantage et cela m'a aidé à renforcer ma confiance. »

« Il n'y a pas beaucoup d'écoles secondaires où un entraîneur d'Équipe Canada travaille avec nous tous les jours. Techniquement, François est un très bon entraîneur et il me pousse constamment à travailler sur quelque chose. »

« Je ne viens pas au gymnase juste pour pratiquer, je viens pour me concentrer et progresser chaque fois. Il est intense et honnête, mais c'est bien, cela m'a beaucoup aidé au fil des années. »

« Et j'ai aussi appris à sortir de ma coquille. Il m'a appris à devenir une meilleur coéquipière, une leader et une meilleure personne. »

— Ely Cavan, Université Laval Rouge et Or



RENCONTRER LE DIRECTEUR



FRANÇOIS ST-DENIS

Directeur du programme,
Volley-ball Louis-Riel

francois.st-denis@cepeo.on.ca



«Une des choses qui me rend le plus fier, c'est de rencontrer un joueur que j'avais entraîné et qui coach maintenant. »

En tant qu'entraîneur, je leur dis toujours que je ne me soucie pas vraiment des résultats ou des médailles. »

Je dis : « Je vais échanger toutes les médailles que nous gagnerons pendant la saison pour le dernier tournoi de l'année – donc toutes les médailles pour une médaille de la FASSO. »

Ensuite, je rajoute : « Je vais échanger toutes ces médailles pour vous voir jouer au prochain niveau. Ensuite, je vais échanger chaque résultat que vous obtiendrez au prochain niveau pour que vous puissiez jouer pleinement votre carrière post-secondaire et obtenir votre diplôme. »

Et ensuite, je vais échanger tout ça si vous êtes un condamné à perpétuité – si vous continuez à jouer aussi longtemps que vous le pouvez ou si vous redonnez au jeu en coaching. »

Quand je les vois, je leur dis toujours à quel point je suis reconnaissant et à quel point je suis satisfait. Nous sommes toujours assis et bavardons, et beaucoup d'entre eux viennent encore me demander conseil. »

En fin de compte, j'aime dire que c'est mon vrai paiement. »

— François St-Denis

RÉSUMÉ DE L'ENTRAÎNEUR

- Diplômé de l'école des sciences de l'activité physique de l'Université d'Ottawa
- Enseignant en mathématiques, sciences et éducation physique depuis plus de 20 ans
- A dirigé un minimum de 3 équipes chaque année scolaire pour toute sa carrière
- Entraîneur certifié de niveau 3 du PNCE, engagé dans un apprentissage continu
- Entraîneur de club, assurant une intégration optimale du programme
- Entraîneur au niveau régional, provincial ou national pendant l'été
- Entraîneur champion de la FASSO avec Louis-Riel & L'Escale
- Entraîneur champion de l'Ontario avec le club de volley-ball Maverick
- Entraîneur champion du Canada avec l'Équipe de l'Ontario
- Entraîneur des médaillés internationaux avec l'Équipe de Canada (moins de 21 ans)
- Entraîneur de l'Équipe de l'Ontario (garçons 18 ans-) pour les Jeux du Canada 2021
- Directeur du programme de volley-ball de plage compétitif des Mavericks
- Évaluateur d'entraîneur en développement avancé de l'Association de l'Ontario
- Entraîneur d'innombrables joueurs de volley-ball universitaires
- A aidé à développer plusieurs des meilleurs entraîneurs de la région

LinkedIn [Voir le résumé de François St-Denis sur linkedin:](https://www.linkedin.com/in/francois-st-denis-362b6519)

<https://www.linkedin.com/in/francois-st-denis-362b6519>

SportsOttawa.com [Lire un profil d'entraîneur sur SportsOttawa.com:](https://sportsottawa.com/2017/04/25/la-rubrique-rebelle-lentraîneur-de-volley-de-louis-riel-poursuit-sa-passion-jusqua-lequipe-du-canada/)

<https://sportsottawa.com/2017/04/25/la-rubrique-rebelle-lentraîneur-de-volley-de-louis-riel-poursuit-sa-passion-jusqua-lequipe-du-canada/>



« François nous parle beaucoup de la façon de nous améliorer non seulement en tant qu'athlètes, mais aussi en tant que personnes. Comment mieux gérer les relations familiales, les études, notre temps, notre santé et notre bien-être. Il veut toujours aider les gens. Si vous avez un problème, allez le voir et il fera tout ce qu'il peut. François est presque comme un deuxième père pour moi. »

— Rebecca Maxwell, Marauders de McMaster

COMMENT S'INSCRIRE

Communiquez avec le directeur du programme de volley-ball de Louis-Riel, François St-Denis (francois.st-denis@cepeo.on.ca) ou avec le coordonnateur du programme Sports-Études Ken Levesque (ken.levesque@cepeo.on.ca).

Les essais ont principalement pour but d'évaluer les compétences de base des joueurs qui sont essentielles au sport. Si un étudiant n'a pas beaucoup d'expérience en volley-ball mais a un désir ardent d'apprendre et de s'améliorer, il est le bienvenu.

SPORTS
ÉTUDES
EXCELLENCE

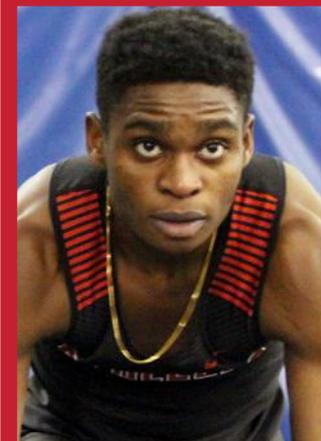
REBELLES

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



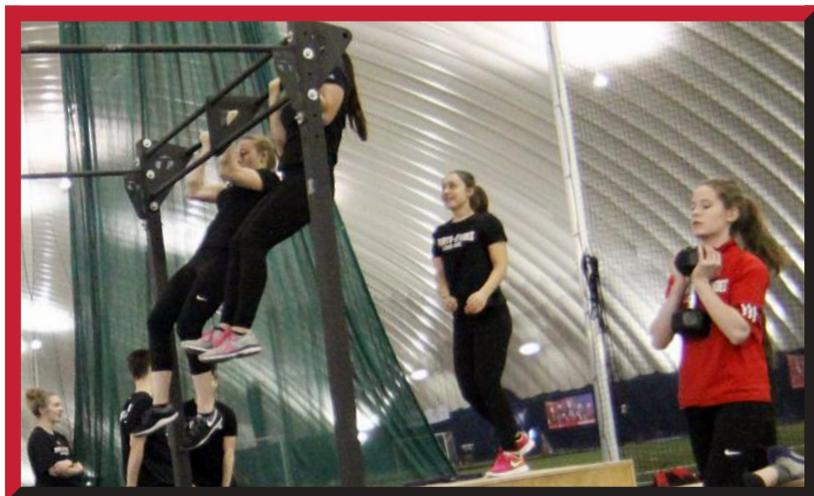
ADAPTÉ SELON LES BESOINS



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

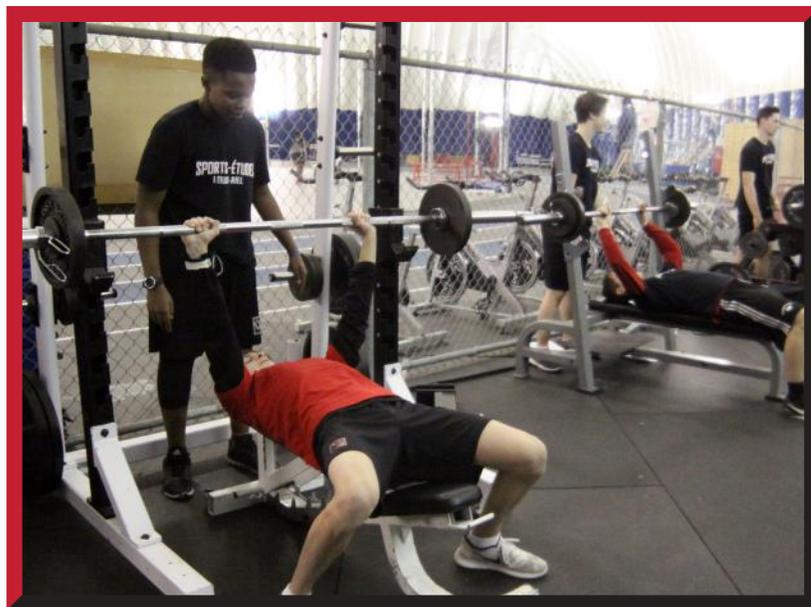


DÔME LR - LE CENTRE IDÉAL



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