

# Jeux d'hiver du Canada 2019

## Planification d'entraînement de l'équipe du Québec

Juin

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Green	Yellow	Green	Yellow	Green	Yellow	Green	Yellow	Green	Yellow	Green	Yellow	Green	Yellow	Blue	Blue	Blue	Blue	Blue	Yellow

Juillet

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Yellow	Blue	Blue	Blue	Blue	Blue	Yellow	Yellow	Blue	Blue	Blue	Blue	Blue	Yellow	Yellow	Orange	Orange	Red	Red	Red	Red	Red	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow

Août

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Purple	Purple	Purple	Purple	Purple	Yellow	Yellow	Purple	Purple	Purple	Purple	Yellow	Yellow	Purple	Purple	Purple	Purple	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green

Septembre

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Blue	Blue	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Red	Purple	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Blue	Blue

Octobre

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Purple	Red	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green

Novembre

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Green	Purple	Purple	Red	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green

Décembre








1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Blue	Blue	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Red	Red	Red	Yellow	Yellow	Yellow	Blue	Blue	Blue	Blue	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow

Janvier

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Yellow	Yellow	Yellow	Purple	Purple	Purple	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green	Green	Blue	Blue	Yellow	Green	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Green

Février

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Red	Red	Red	Yellow	Yellow	Green	Green	Green	Yellow	Yellow	Purple	Purple	Purple	Orange	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Red	Orange	Yellow				

-  Camp à Mtl
-  Entraînement Club
-  Journée d'évaluation/compétition
-  Camp à Qc
-  Congé d'entraînement
-  Journée de voyage
-  Camp de Synchro Canada

