

# Plan général des heures de cours obligatoires pour formation professionnelle 2015-2016

(Ce plan peut à tout moment être modifié durant l'année scolaire)

## Horaires du lundi

Halle de l'école de cirque		
Heures	Disciplines	Prof.
09h00-9h30	Condition physique	Z
9h30-10h00	développement du vocabulaire acrobatique	Z
10h00-11h15	techniques de cirque	Z
10h45-12h00	équilibres	Z
13h00-14h00	souplesse	S
14h00-15h30	Préparation et travail personnel sur engins	S
15h30-16h00	Présentation des travaux personnels	S
16h00-17h00	trampoline	SI
17h00-21h00	Cours donnés à la FL et EL	

Techniques de cirque      Fil-de-fer-mât-chinois-main-à-mains-planches-balançoires-barre russe-jonglerie

ATR      appui, tendu, renversé

ELS      entrainement libre surveillé

EL      entrainement libre

FL      formation loisir

S      Sophie Albasini

Z      Zygmunt Biegaj

Si      Simon Progin

V      Valérie

## Horaires du mardi

Halle de l'école de cirque		
Heures	Disciplines	Prof.
9h00-9h30	Condition physique	Z
9h30-10h00	trampoline	Z
10h00-11h00	acrobatie	Z
11h00-12h00	Aériens-planche	Z-S
13h00-15h30	théâtre	S
15h30-16h00	Travaux personnels	S
16h00-17h00	Trampoline -planche	Si-S
17h00-20h	Cours donnés à la FL et EL	

## Horaires du mercredi

Halle de l'école de cirque		
Heures	Disciplines	Prof.
9h15-9h45	Condition physique	Si
9h45-10h45	Trampoline-	Si
10h45-12h00	Planche-aériens	Si+S
12h00-13h00	Souplesse relaxation	S
14h00-15h30	EL+cours donnés à FL	
15h45-17h15	EL+cours donnés à FL	
17h00-19h00	EL si place disponible	

## Horaires du jeudi

Halle de l'école de cirque		
Heures	Disciplines	prof
9h00-9h30	Condition physique	Si
9h30-11h00	Trampoline-planche	Si
11h00-13h00	Techniques de cirque	Si+S
13h00-14h45	Théâtre	S
14h45-16h15	danse	V
16h15-17h00	ATR ou technique de cirque	Z
17h00-20h00	cours donnés à la FL	
20h00-21h00	EL	

## Horaires du vendredi

Halle de l'école de cirque		
Heures	Disciplines	Prof.
9h00-9h30	condition physique	Z
9h30-11h00	muscultation	Z
11h00-12h00	Technique de cirque	Z
12h-12h45	Main-à-mains –travaux personnels	Z
13h45-15h00	Préparation des divers travaux en cours	
15h00-17h00	acrobatie-trampoline	Si
17h00-20h00	cours donnés à la FL	Z
17h00-20h00	ELS pour ceux qui ne donnent pas de cours	