

HIVER
1988

GUIDE DE L'USAGER

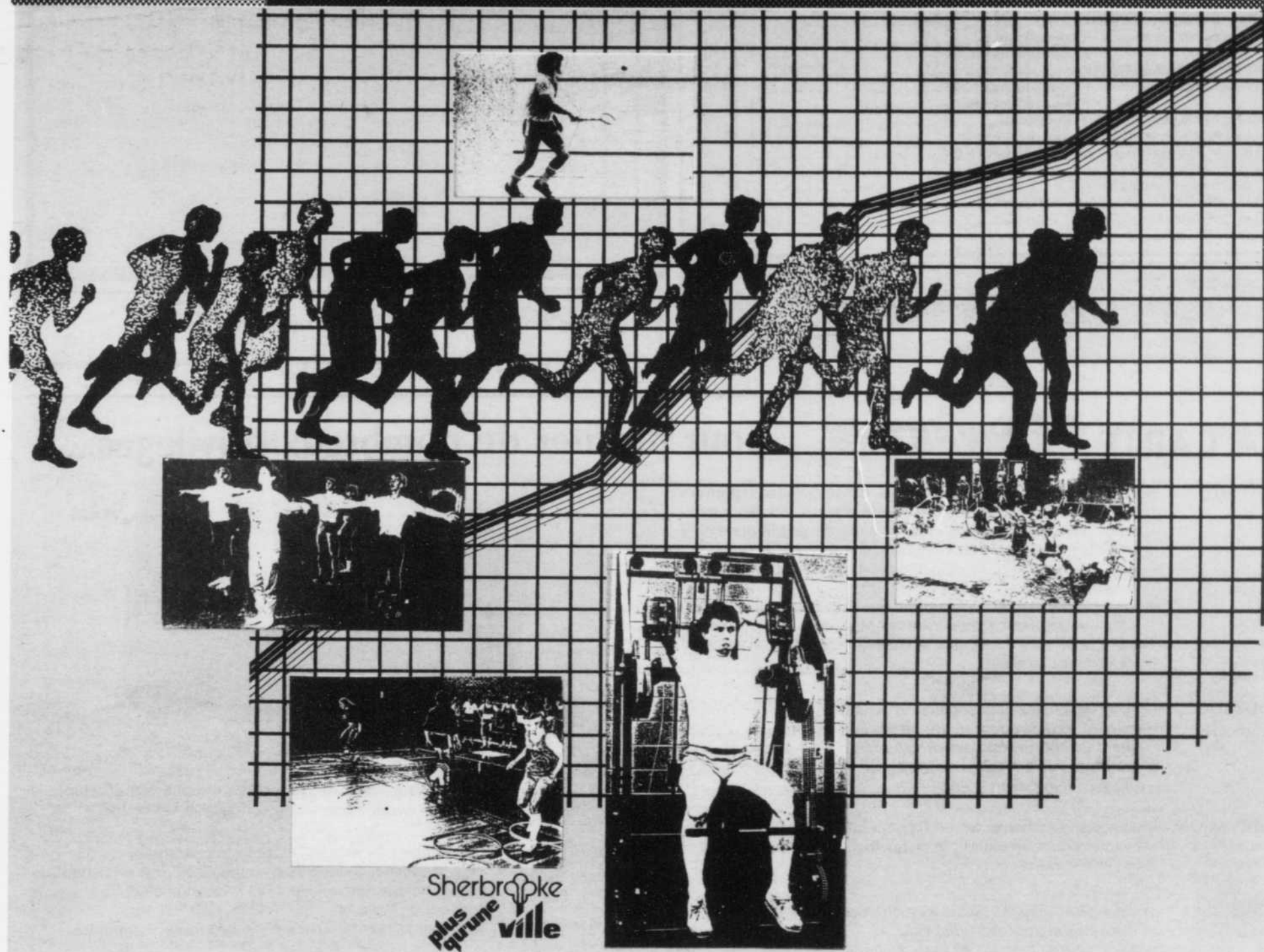
CENTRE SPORTIF



UNIVERSITÉ
DE SHERBROOKE

VOLUME 4 NO 1

BULLETIN D'INFORMATION À L'INTENTION DES USAGERS DU CENTRE SPORTIF



San Francisco maillots

Maillots de bain, maillots d'exercice toute l'année

J'SUIS BIEN DANS MA PEAU

CENTRE COMMERCIAL
les Tourelles

3025, rue King Ouest, Sherbrooke



1^{er} DE RABAIS

sur présentation de cette annonce lors d'achat de 3^{\$}
ou plus. Un coupon par client par visite.

- King et Wellington
- Carrefour de l'Estrie

- 2745 King Ouest

3

- Stade et

- En vertu d'un programme d'entente établi entre 5 universités québécoises, les membres en règle pour le trimestre d'hiver 1988 du Centre sportif de l'Université de Sherbrooke peuvent bénéficier des installations sportives de l'Université de Montréal, de l'Université Laval, de l'Université du Québec à Trois-Rivières et de l'Université du Québec à Chicoutimi. À la présentation de leur carte de membre du Centre sportif de l'Université de Sherbrooke, validée pour le trimestre d'hiver 1988, ces personnes pourront pratiquer les activités libres offertes dans ces centres sportifs.

SQUASH - HANDBALL - BASKETBALL - TENNIS - BADMINTON - RACQUETBALL - SOCCER - VOLLEYBALL - SQUASH - TENNIS - RACQUETBALL - SOCCER - VOLLEYBALL - HANDBALL - BASKETBALL - TENNIS - BADMINTON

m boutique maître sport inc.

- Université de Sherbrooke
Pavillon Univestrie 821-7650
- Collège de Sherbrooke
Centre de l'activité physique 564-1663

AU SERVICE DES SPORTIFS

Réduction de **10%** AVEC CARTE

1. Droit d'accès aux personnes de 18 ans et plus.

Les personnes de 18 ans et plus sont admises dans les installations sportives de l'Université à titre de membre ou d'utilisateur occasionnel, aux heures régulières d'ouverture. Les tarifs correspondant à chaque catégorie d'utilisateurs sont publiés à la page 20 de ce Guide, tandis que les heures d'ouverture sont indiquées à la page 3, paragraphes 1, 2 et 3.

2. Droit d'accès aux personnes de 15, 16 et 17 ans.

Les personnes de ce groupe d'âge sont admises dans les installations sportives de l'Université:

- 2.1) ou bien, aux mêmes conditions que les personnes de 18 ans ou plus, sauf que ces membres se verront réclamer un tarif différent (voir code 6.0);
- 2.2) ou bien, comme membre régulier (code 6.1) à accès limité. Dans ce cas l'accès est limité, pour la période de septembre à la mi-juin, aux vendredis, à compter de (19:00 pour la piscine) aux samedis et aux dimanches ainsi que lors de certains congés spéciaux; par contre, de la mi-juin à la fin d'août, l'accès leur est consenti aux heures régulières d'ouverture des installations;
- 2.3) ou bien comme membre d'une famille membre du Centre sportif (codes 1.2, 2.2, 9.2, 9.3, 3.2, 3.3, 4.2, 4.3). Dans ce cas les périodes d'accessibilité correspondent à celles indiquées dans le paragraphe précédent (2.2). P.S.: Certains usagers occasionnels inscrits dans des programmes spéciaux ont un droit d'accès particulier.

3. Droit d'accès aux personnes de 6 à 14 ans

Les personnes de ce groupe d'âge sont admises dans les installations sportives de l'Université soit comme membre (code 6.1) ou comme usager occasionnel uniquement aux heures et jours indiqués à l'article 2.2 ci-dessus.

4. Droit d'accès aux personnes de 5 ans ou moins.

Les personnes de 5 ans ou moins sont admises gratuitement dans les installations sportives de l'Université de 7:00 à 11:30 et de 13:00 à 16:00 selon la disponibilité des plateaux, en autant qu'elles soient accompagnées d'un adulte en tout temps.

5. Modalités administratives (abonnement et inscription)

5.1 Modes de paiement pour s'abonner et s'inscrire aux activités: argent comptant, chèque, retenue à la source pour les personnes de l'Université de Sherbrooke.

Dans les cas d'un chèque refusé par une institution financière, les usagers doivent payer des frais d'administration de 2 \$.

5.2 Remboursement de l'abonnement et de l'inscription aux activités. Le Centre sportif peut rembourser dans les cas suivants:

- maladie ou blessure (avec attestation médicale);
 - déménagement dans une autre ville (avec une lettre d'attestation de l'employeur); remboursement de l'abonnement seulement;
 - changement de statut d'usager (pièces justificatives à l'appui);
 - ratio non atteint dans une activité; le Centre sportif étant dans l'impossibilité d'effectuer un transfert d'horaire ou d'activité.
- Procédures: compléter un formulaire à cet effet en remettant la carte Université ou la carte de membre et les pièces justificatives au secrétariat du Centre sportif.

Des frais d'administration sont prélevés pour tout traitement de dossier:

- abonnement: 10 \$
- inscription: 3 \$

Tous ces remboursements sont effectués par chèque et expédiés par la poste.

N.B.: Le Centre sportif de l'Université de Sherbrooke ne fait aucun remboursement, en totalité ou en partie, advenant le cas de force majeure où la situation exigerait la fermeture du Pavillon Université pour un certain temps.

6. Affichage

L'affichage dans les locaux sous la responsabilité du Centre sportif s'effectue sur les panneaux d'affichage prévus à cette fin avec autorisation, il est donc strictement défendu de poser des affiches sur les murs, les vitres, les portes ou les vestiaires.

7. Usage du tabac et consommation de nourriture ou de boisson

Il est strictement défendu de fumer, de manger et de boire (boissons gazeuses, café, thé, etc.) à l'intérieur des installations sportives de l'Université.

Au Pavillon Université, le hall d'entrée et le casse-croûte sont les seuls endroits réservés à ces fins.

8. Bicyclettes

Nous ne tolérons aucune bicyclette à l'intérieur du Pavillon Université. Des supports sont installés à l'extérieur.

9. Souliers à semelles noires

Les souliers à semelles noires sont interdits dans les installations sportives universitaires. Seuls les usagers qui pratiquent le jogging peuvent en porter.

10. Perte de carte de membre ou d'utilisateur occasionnel

Les membres ou les usagers occasionnels qui perdent leur carte d'abonnement doivent déboursier 3 \$ pour en obtenir une nouvelle et 5 \$ s'il s'agit d'un second renouvellement.

11. Objets perdus

Les objets perdus doivent être réclamés aux bureaux de la Sécurité de l'Université au Pavillon John-S. Bourque (821-7699).

12. Bains sauna

• Vous devez prendre une douche avant d'utiliser le bain sauna.

• L'utilisation du savon ou du shampoing est strictement défendue dans ces endroits.

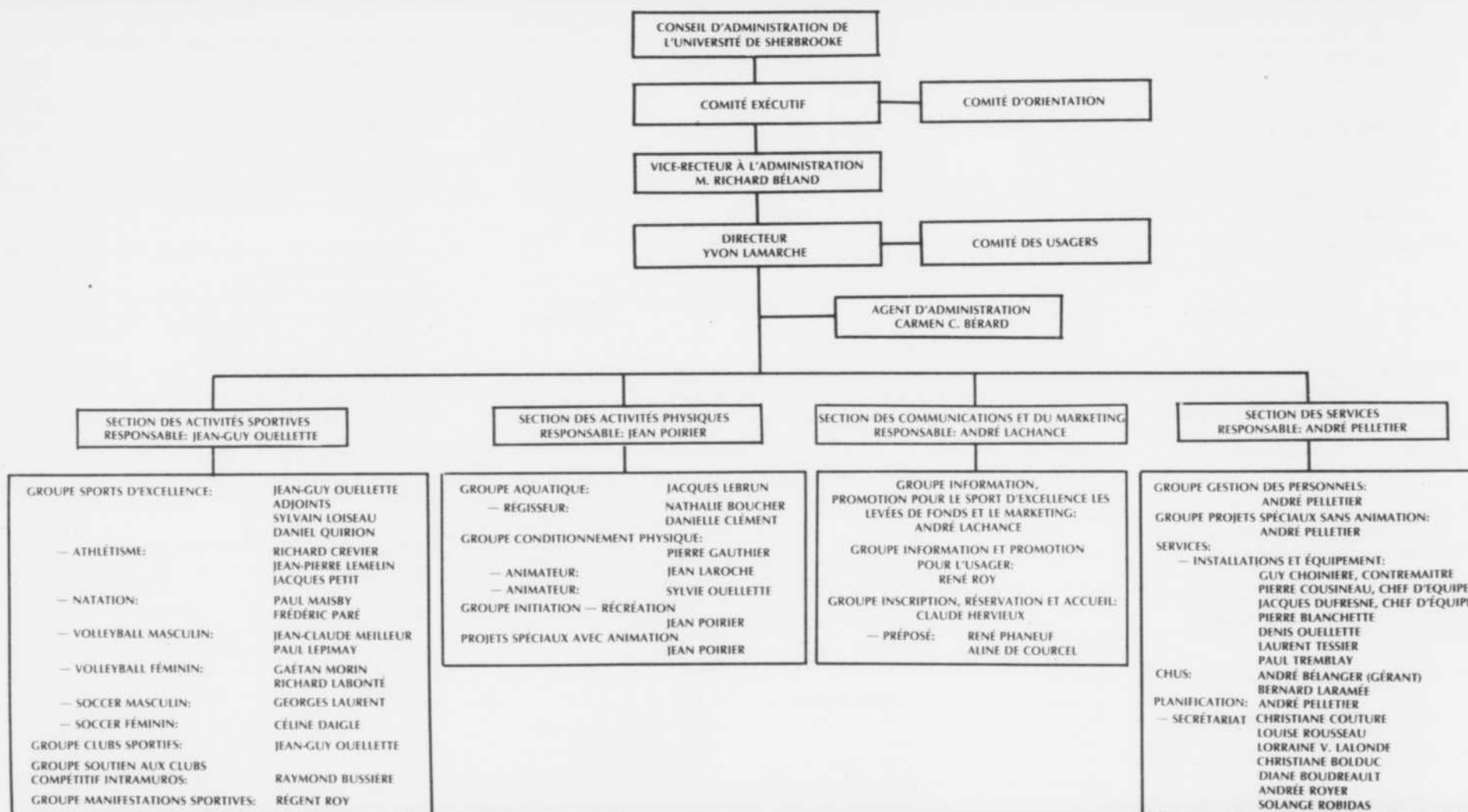
• Tout enfant de 12 ans ou moins doit être accompagné d'un adulte en tout temps.

• L'utilisation de ces installations peut se révéler dangereuse pour la santé si les règlements ne sont pas respectés.

• Les bains sauna sont accessibles aux usagers du lundi au vendredi aux heures régulières d'ouverture du Pavillon Université.

• Les bains sauna sont fermés le samedi et dimanche. La direction du Centre sportif impose un tel règlement pour la sécurité des enfants.

Structure administrative



EN ESTRIE...
J'écoute

106.9

la station

dance music

106,9 Centre ville de Sherbrooke

Le Centre sportif propose à ses membres deux programmes de réservation:

A) Réservations régulières:

Ce privilège est consenti exclusivement aux membres du Centre sportif; il s'applique aux sports de raquette (badminton, racquetball, squash et tennis) et aux activités collectives (balle molle, ballon sur glace, basketball, danse, football au touché, handball, hockey, judo, karaté, soccer et volleyball).

Pour les modalités reliées à chaque sport et à chaque activité collective, voir:

- page 15 badminton;
- page 16 ballon sur glace, basketball, danse, hockey, judo, karaté, racquetball, soccer, squash, tennis volleyball et handball.

N.B. Du 27 décembre au 4 janvier, ce programme n'est pas en opération: les premiers arrivés seront les premiers servis.

B) Réservations privilégiées:

Ce privilège est consenti exclusivement aux membres du Centre sportif qui consentent à déboursier des frais supplémentaires (voir badminton, page 15); il s'applique uniquement aux sports de raquette (badminton, racquetball, squash et tennis).

Pour les modalités reliées à chaque sport voir:

- page 15 (badminton);
- page 16 (racquetball, squash et tennis).

N.B.: Ce programme est en vigueur en tout temps.

Généralités:

- Les membres ne peuvent réserver qu'une période

par jour, par sport et pour chaque activité.

- Les mêmes usagers — ou toute combinaison de ceux-ci — ne peuvent évoluer ensemble, sur réservation, pendant plus d'une période par jour.
- Dix minutes après l'heure du début de la période réservée, un plateau est considéré libre si le membre qui a inscrit la réservation ne l'occupe pas. Dans ce cas, les usagers en attente peuvent l'utiliser.
- En tout temps, le membre doit posséder la copie de sa réservation dans le cas où il y aurait vérification.

Annulation de réservation:

- Poste d'accueil du Pavillon Univestrie, 821-7575, entre 7:00 et 22:00 du lundi au vendredi, de 9:00 et 16:30 le samedi et le dimanche.

Le matériel et l'équipement sportifs

□ Prêt et location de matériel et d'équipement

• **Activités d'enseignement:** dans le cadre d'une activité pédagogique créditée, offerte par la Faculté d'Éducation physique et sportive ou par une autre unité d'enseignement de l'Université, le Centre sportif fournit aux professeurs et aux étudiants inscrits au cours, le matériel et l'équipement sportifs nécessaires pour le déroulement de l'activité.

• Activités offertes par la Section des programmes:

- **activités dirigées:** le Centre sportif offre gratuitement à ses membres le service de prêt du matériel nécessaire au déroulement d'une activité dirigée. Les espadrilles, le maillot et le casque de bain ne sont pas fournis par le Centre sportif.
- **activités récréatives:** tout usager membre du Centre sportif peut bénéficier du service de location de matériel sportif pour les activités récréatives.

• Durée maximale du prêt et de la location

- À l'exception du matériel de base, **tout matériel servant à l'intérieur du Pavillon Univestrie** est prêté pour une durée maximale de deux heures.
- **Pour le matériel utilisé à l'extérieur du Pavillon**

Univestrie, l'utilisateur doit se présenter au comptoir de prêt de matériel du lundi au jeudi pendant les heures d'ouverture du Pavillon Univestrie. Le matériel emprunté doit être retourné avant 12:00 le lendemain.

- La période de prêt de fin de semaine débute le vendredi à compter de 12:00. Le matériel emprunté doit être de retour avant 12:00 le lundi suivant. L'usage qui remet du matériel en retard doit payer le montant de la location de l'article plus 1 \$ par jour de retard.

- L'usager qui brise ou perd de l'équipement doit en payer le coût de remplacement à raison de

- 5% après les premiers six mois d'usage;
- 10% après la 1^e année d'usage;
- 20% après la 2^e année d'usage;
- 30% après la 3^e année d'usage;
- 50% pour la 4^e année et plus.

N.B.: Une carte d'identité est exigée pour toute location de matériel et d'équipement.

□ Location de paniers ou de casiers

Le service de location de paniers ou de casiers est accessible aux membres (voir les tarifs 1987-1988, page 20).

- **Avec la panier,** l'usager reçoit un cadenas et un matériel de base complet (chaussettes, t-shirt, short, serviette). Le Centre sportif offre deux types de paniers: le panier simple ou encore le panier avec espace de rangement pour une raquette.

- **Avec le casier,** l'usage reçoit deux cadenas, un matériel de base complet (chaussettes, t-shirt, short, serviette) ainsi qu'un panier.

□ Date limite pour le retour du matériel, des paniers et casiers:

- Session hiver: vendredi, 22 avril à 21:00
- Session automne-hiver: vendredi 22 avril à 21:00
- Session hiver-été: vendredi 26 août à 19:00
- Session été: vendredi 26 août à 19:00
- annuel: vendredi, 26 août à 19:00

Après la date limite tous les casiers et les paniers seront vidés et leur contenu sera déposé dans des sacs. Des frais de manutention de 3 \$ seront exigés à l'usager.

Le contenu sera gardé pendant 90 jours à compter de la date où le casier ou le panier aura été vidé. Après cette date, le contenu sera distribué à des organismes à but non lucratif.

Tarif de location du matériel

	Prix	Nombre de jetons
Raquettes		
• badminton	1,00 \$	1
• tennis	1,00 \$	1
• squash	1,00 \$	1
• racquetball	1,00 \$	1
Volants		
• badminton	1,00 \$	1
Balles		
• tennis, squash, racquetball, balle molle	1,00 \$	1
Ballons variés		
• soccer, handball, basketball, etc.	1,00 \$	1
Judo		
• Judogi	2,00 \$	4
Karaté		
• Karatégi	2,00 \$	4

Matériel de base pour l'usager occasionnel	
• chaussettes	1,00 \$
• t-shirt	1,00 \$
• short	1,00 \$
• serviette	2,00 \$
• cadenas	1,00 \$
• tout ce qui précède	4,00 \$
Soccer	
• chandail à l'unité	1,00 \$
• série de 12 chandails	6,00 \$
Bâtons et sacs de golf	
• ensemble: sur semaine	5,00 \$
fin de semaine	8,00 \$
• panier de balles	1,00 \$
Skis de fond:	
• sur semaine: ensemble	5,00 \$
• fin de semaine: ensemble	7,00 \$

• la paire de skis par jour	3,00 \$	3
• la paire de bâtons par jour	1,00 \$	1
• la paire de chaussures par jour	2,00 \$	2
Hockey:		
• matériel de gardien de but (casque, visière, plastron, épaulettes, support, culotte, jambières, gants, biscuit)	9,00 \$	9
• hockey de gardien de but	2,00 \$	2
chandail et bas à l'unité	2,00 \$	2
• série de 12 chandails et bas	9,00 \$	9
N.B.: Pour 10 semaines et plus, réduction de 50%.		
Ballon balai:		
• ballon	2,00 \$	2
• matériel de gardien de but (biscuit, casque visière)	3,00 \$	3
• chandail à l'unité	1,00 \$	1
• série de 12 chandails	6,00 \$	6
N.B.: Pour 10 semaines et plus, réduction de 50%.		

DIET PEPSI

RICHARD LAVIGNE, 563-3141



O'Keefe

RICHARD LACROIX 569-5147

Les activités aquatiques (secrétariat: 821-7588)

6

Coordonnateur:



Jacques LeBrun (821-7592)

Le Centre sportif se réserve le droit d'effectuer des changements à l'horaire selon les circonstances.

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	DEBUT FIN	FRAIS POUR USAGERS
BAIN RÉCRÉATIF	L'accès à la piscine est soumis aux règlements qui régissent les droits d'accès aux différents groupes d'âges tel qu'énoncé dans les RÈGLEMENTS (voir p. 4, paragraphes 1, 2, 3, 4). Dans la majorité des cas, il n'est pas nécessaire de réserver un ou plusieurs plateaux sauf pour la pratique de certaines activités en groupe comme le water-polo, le water-polo avec "tube", le volleyball, etc...	• Lundi au vendredi, de 7:00 à 20:50, selon la disponibilité des plateaux. • Samedi et dimanche, de 09:00 à 16:30, selon la disponibilité des plateaux. N.B. Le vendredi les enfant de 14 ans et moins sont admis à compter de 19:00. Horaires spécial (enfants et adolescents admis) — Voir règlements, page 4, paragraphe 2. — Les journées de congé des écoles primaires et secondaires (selon la disponibilité de la piscine). Journée de fermeture — Voir règlement, page 4, paragraphe 2.	4 janvier 29 avril	15 ans ou plus..... 4 \$/séance 14 ans ou moins..... 1 \$/séance Membre..... gratuit
NATATION jaune	Ce cours a pour but d'établir chez la personne une relation de confiance et de compréhension avec le milieu aquatique. Il s'adresse à la personne qui présente de la difficulté à s'adapter à l'eau.	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 12:10 à 13:00, de 21:00 à 21:50 • Mardi et jeudi, de 07:00 à 07:50, de 20:00 à 20:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril.		 45 \$ Membre..... 15 \$
NATATION orange	Ce cours a pour but de familiariser la personne avec les éléments fondamentaux de la pratique de la sécurité aquatique et de l'initier aux techniques de propulsion en eau peu profonde. Préalable: Natation jaune.	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 12:10 à 13:00, de 21:00 à 21:50 • Mardi et jeudi, de 07:00 à 07:50, de 20:00 à 20:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril.		 45 \$ Membre..... 15 \$
NATATION rouge	Ce cours a pour but de perfectionner la pratique de la sécurité aquatique et familiariser la personne avec l'eau profonde. Préalable: natation orange.	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 07:00 à 07:50, de 12:10 à 13:00, de 21:00 à 21:50 • Mardi et jeudi, de 07:00 à 07:50, de 19:00 à 19:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril.	Session 1 18 janvier	 45 \$ Membre..... 15 \$
NATATION marron	Ce cours a pour but de familiariser la personne avec les techniques de survie en eau profonde et de l'initier à l'exécution de la nage crawl. Préalable: Natation rouge.	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 07:00 à 07:50, de 12:10 à 13:00 • Mardi et jeudi, de 07:00 à 07:50, de 19:00 à 19:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril	Session 2 14 mars	 47 \$ Membre..... 17 \$
NATATION bleu	Ce cours a pour but d'augmenter la vigilance de la personne quant à sa sécurité personnelle et de l'initier à l'exécution de la nage dos crawlé. Préalable: Natation marron	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 07:00 à 07:50, de 12:10 à 13:00 • Mardi et jeudi, de 07:00 à 07:50, de 19:00 à 19:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril	Session 1 23 février	 47 \$ Membre..... 17 \$
NATATION vert	Ce cours a pour but de parfaire les capacités de la personne en natation ainsi que ses connaissances et son habileté en matière de sécurité. Elle sera initié à la nage dos élémentaire. Préalable: Natation bleu.	Sessions 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 07:00 à 07:50, de 12:10 à 13:00 • Mardi et jeudi, de 20:00 à 20:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril	Session 2 18 avril	 47 \$ Membre..... 17 \$
NATATION gris	Ce cours a pour but de parfaire les connaissances et les habiletés de la personne en matière de sécurité aquatique et de l'initier à la nage brasse. Préalable: Natation vert	Session 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 07:00 à 07:50, de 12:10 à 13:00 • Mardi et jeudi, de 20:00 à 20:50 N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril		 47 \$ Membre..... 17 \$
NATATION blanc	Ce cours a pour but d'amener la personne à un haut niveau de compétence dans les domaines de la survie, de la sécurité aquatique et des nages. Préalable: Natation gris.	Voir Natation gris		 47 \$ Membre..... 17 \$
NATATION perfectionnement	Cette activité s'adresse aux personnes qui ont des difficultés particulières dans l'apprentissage d'un style de nage ou qui désirent perfectionner leur technique de nage, de virage et de départ. Préalable: Être à l'aise en eau profonde et nager un minimum de 4 longueurs de piscine.	Session 1 et 2 Brasse et crawl Mardi, de 21:00 à 22:00 Dos crawlé et papillon Jeudi, de 21:00 à 22:00 N.B.: Pas de cours le 28 janvier	Session 1 19 janvier Session 2 15 mars Session 1 25 février Session 2 14 avril	 19 \$ Membre..... 7 \$
CLUB DES NAGEURS natation des maitre	Cette activité s'adresse aux personnes qui aiment nager et qui désirent soit s'entraîner, soit améliorer leur condition physique ou encore perfectionner leurs styles de nage. Les méthodes d'entraînement, les corrections des styles de nage, les exercices de flexibilité vous aideront à atteindre vos objectifs personnels en natation et de rencontrer des gens qui partagent le même goût de la pratique de la natation.	• Lundi, de 19:00 à 20:30 • Mardi, de 07:00 à 08:30 • Mercredi, de 19:00 à 20:30 • Jeudi, de 07:00 à 08:30 • Vendredi, de 12:00 à 13:00 Une limite de 25 personnes sera acceptée aux heures du lundi et mercredi soir. Nous vous suggérons de choisir trois séances par semaine. N.B.: Pas d'entraînement les 28, 29 janvier et 4 avril.	11 janvier 15 avril	 69 \$ Membre..... 27 \$
NATATION familiale	Cours pratique où les parents sont invités à s'initier à la pratique de la natation, participer à des jeux aquatiques, découvrir les techniques de survie et de sécurité aquatique en même temps que leurs enfants. Accessible aux parents qui ont un enfant inscrit dans les cours de natation.	• Samedi, de 09:30 à 10:15, de 11:25 à 12:05 • Dimanche, de 09:30 à 10:15, de 11:25 à 12:05, de 12:10 à 12:55 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 18 \$ Membre..... 12 \$
PLONGÉE SOUS-MARINE élémentaire	Cours théorique et pratique traitant des techniques de base de la plongée (avec bouteilles). Accessible aux personnes qui ont suivi le cours en apnée ou l'équivalent. La réussite du cours mène à la certification FQAS. Matériel nécessaire: palmes, masque et tuba (possibilité de location pour la durée du cours au tarif de 20 \$.)	• Mardi, de 19:00 à 20:30 (salle 227) de 21:00 à 22:30 (piscine). Soirée d'information le mardi, 19 janvier, à la salle 227 à 19:00. N.B.: Pas de cours le 8 mars.	26 janvier 29 mars	 138 \$ Membre..... 98 \$
NAGE SYNCHRONISÉE	Cours pratique traitant des techniques de base des habiletés telles que: la godille, la culbute avant et arrière, le volier, la jambe de ballet etc... du programme récréatif de la Fédération de nage synchronisée. Accessible aux personnes qui sont à l'aise en eau profonde.	Session 1 et 2 • Mardi et jeudi, de 21:00 à 21:50 N.B.: Pas de cours le 28 janvier	Session 1 19 janvier Session 2 15 mars Session 1 18 février Session 2 14 avril	 45 \$ Membre..... 15 \$
PLONGEON	Cours pratique traitant des techniques de plongeon (avant, arrière, retourné, renversé). Les plongeurs sont exécutés du tremplin d'un mètre. Accessible aux personnes qui sont à l'aise en eau profonde seulement.	Session 1 et 2 • Mardi et jeudi, de 21:00 à 21:50 N.B.: Pas de cours le 28 janvier		 45 \$ Membre..... 15 \$

Les activités aquatiques (suite)

7

ACTIVITE	DESCRIPTION	HORAIRE	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS	
SAUVETAGE sauveteur national	Cours théorique et pratique traitant de sécurité aquatique, des techniques avancées de sauvetage et de surveillance. Il permet d'acquérir et d'approfondir certaines connaissances tout en améliorant le niveau d'habileté. Accessible aux usagers ayant leur certification de croix de bronze.	• Jeudi, de 19:00 à 21:00 (salle 227) de 21:10 à 22:50 (piscine) N.B. Pas de cours les 28 janvier et 10 mars.	21 janvier 14 avril	 150 \$ Membre..... 110 \$	
NATATION moniteur Croix Rou- ge et Société royale de sauvetage	Cours théorique traitant des techniques d'enseignement de la natation, du sauvetage et de la sécurité aquatique. Il permet aux usagers d'acquérir et d'approfondir certaines connaissances en matière de pédagogie, de biomécanique, de philosophie et de sécurité aquatique. Accessible aux usagers ayant leur certificat de moniteur adjoint pour la C.R. et le certificat de réanimation senior et médaille de bronze pour la S.R.S.	• Mercredi, de 19:00 à 21:00 (salle 227) de 21:00 à 22:50 (piscine) N.B.: 1- Soirée d'information le mercredi 13 janvier 2- Pas de cours le 9 mars	13 janvier 20 avril	 150 \$ Membre..... 110 \$	
SAUVETAGE Soins d'urgence aquatique	Le programme de base en soins d'urgence permet l'apprentissage des connaissances théoriques et pratiques en vue de l'application efficace des premiers soins lors de situations d'urgence. Ce cours est adapté aux milieux familiaux et sportifs. L'accent est porté sur l'apprentissage par la pratique (situations avec simulations de victimes). o La réussite du cours mène à la certification de la S.R.S.	• Vendredi, de 18:00 à 21:50 • Samedi et dimanche, de 09:00 à 16:30 • Salles 322-323 du Pavillon Univestrie	Fins de semaine 20-27-28 février ou 25-26-27 mars	 68 \$ Membre..... 56 \$	
SAUVETAGE Médaille de bronze croix de bronze	Cours théorique et pratique traitant de sécurité aquatique, des techniques de sauvetage et de surveillance. Il permet d'acquérir et d'approfondir certaines connaissances en vue de poursuivre sa formation au sein du cours du Sauveteur national. Préalable: Avoir 15 ans; niveau blanc ou l'équivalent.	• Lundi, de 19:00 à 20:15 (salle 227), de 20:30 à 22:50 (piscine). • Pas de cours, 9 mars.	11 janvier 18 avril	 110 \$ Membre..... 75 \$	
PREMIERS SOINS	Le but de ce cours est de donner les connaissances théoriques et pratiques de base pour assurer la survie dans les situations d'urgence vitale. Le cours est d'une durée de 10 heures et conduit à une certification de la Société canadienne de la Croix-Rouge.	• Lundi et mercredi, de 18:00 à 22:50 Salle 322-323 Dans les frais d'inscription sont inclus le volume "Secourisme" et l'attestation.	1er fév. et 2 fév. 29 fév. et 2 mars 28 mars et 30 mars	 36 \$ Membre..... 26 \$	
RÉANIMATION cardio-secours	Le cours cardio-secours vous apprend à reconnaître les signes et symptômes d'une crise cardiaque, à savoir comment réduire les risques d'une crise, à administrer les techniques de réanimation (arrêt cardio-respiratoire ou obstruction des voies respiratoires). Le cours est d'une durée de 6 heures et conduit à une certification des soins immédiats de la Fondation du Québec des maladies du cœur. Préalable: aucun.	• Mardi ou jeudi, de 18:30 à 22:30 Salle 322-323. o Dans les frais d'inscription, est inclus le volume "Réanimation cardio-respiratoire" et l'attestation.	2 fév. ou 4 fév. 1er mars ou 3 mars 29 mars ou 31 mars	 28 \$ Membre..... 22 \$	
COURS PRÉNATAL Rencontres prénatales	Ces rencontres visent à informer les parents sur les différents aspects de la grossesse, l'accouchement, la vie de couple, la nouvelle famille, le rôle du partenaire, etc... Chaque rencontre comporte des séances d'initiation aux différentes techniques de relaxation et de respiration préparatoire à l'accouchement ainsi que des exercices de gymnastique aquatique qui sont optionnelles. N.B.: Pour connaître l'horaire et les frais d'inscription de ces cours, veuillez vous référer au secrétariat du Centre sportif.	Session 1 et 2 • Mardi, de 19:00 à 21:00 (studio de danse) • Les cours de gymnastique aquatique sont optionnels, les mardis et/ou jeudis matin et les lundis et/ou mercredis soir.	Session 1 12 janvier Session 2 8 mars	Session 1 1er mars Session 2 26 avril	Session 1 et 2 52 \$ Membre..... 25 \$ Conjoint..... gratuit
COURS PRÉNATAL gymnastique aquatique	Cours pratique incluant de la natation et des exercices dans l'eau, conçus pour renforcer et assouplir les muscles plus spécifiquement mis en jeu durant la grossesse et l'accouchement. Les cours visent à augmenter l'endurance organique, à améliorer le contrôle respiratoire et à favoriser l'échange entre participants. N.B.: Service d'animation pour les 2-6 ans le jour seulement. Le coût est de 2 \$ par enfants par heure.	Session 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 19:00 à 19:50 • Mardi et jeudi, de 09:30 à 10:20 Pas de cours les 28 janvier et 4 avril	Session 1 11 janvier Session 2 7 mars	Session 1 3 mars Session 2 2 mai	Session 1 et 2 67 \$ Membre..... 19 \$ Conjoint..... 12 \$
COURS PRÉNATAL Gymnastique aquatique et au sol	Cours pratique constitué d'exercices d'assouplissement et de renforcement des groupes musculaires mis en jeu durant la grossesse et l'accouchement. Le cours comporte également la pratique des respirations utilisées lors de l'accouchement ainsi que des exercices de détente et de relaxation.	Session 1 et 2 Lundi, de 20:00 à 20:50 (Piscine) Mercredi, de 18:30 à 19:30 (salle judo) N.B. Pas de cours le 4 avril	Session 1 11 janvier Session 2 7 mars	Session 1 2 mars Session 2 2 mai	Session 1 et 2 67 \$ Membre..... 19 \$ Conjoint..... 12 \$
COURS POSTNATAL gymnastique aquatique	Après la grossesse et l'accouchement, tous les muscles plus spécifiquement mis en jeu doivent être raffermis et tonifiés, non seulement pour une raison d'apparence, mais surtout pour une raison de santé. La natation et d'autres exercices appropriés permettent aux participants d'atteindre ces buts de façon agréable et ce, en compagnie d'autres parents qui vivent la même situation.	Session 1 et 2 • Lundi et mercredi, de 20:00 à 20:50 • Mardi et jeudi, de 10:30 à 11:20 o Service de halte-garderie pour les nouveau-nés (0 à 2 ans) et service d'animation pour les 2 à 6 ans le jour seulement. Le coût est de 2 \$ par enfant par heure. N.B.: Pas de cours les 28 janvier et 4 avril	Session 1 11 janvier Session 2 7 mars	Session 1 3 mars Session 2 2 mai	 67 \$ Membre..... 19 \$ Conjoint..... 12 \$
PROGRAMME MULTI-SPORTS POUR ELLES	Le programme comprend un choix d'activités individuelles ou collectives telles: la natation, le badminton, le tennis, le squash, le racquetball, le conditionnement physique etc... Le but de ce programme est de permettre aux femmes de découvrir une gamme d'activités variées tout en améliorant ou en maintenant leur capacité physique sous la supervision d'un animateur dynamique qui leur fera découvrir les plaisirs de l'activité physique. Chaque séance, selon l'activité, se termine par une période de baignade.	Session 1 et 2 • Mardi et jeudi, de 10:30 à 11:20 o Service de halte-garderie pour les 0 à 2 ans et service d'animation pour les 2 à 6 ans. Le coût est de 2 \$ par enfant par heure. N.B.: Pas de cours le 28 janvier.	Session 1 19 janvier Session 2 15 mars	Session 1 23 février Session 2 14 avril	 47 \$ Membre..... 17 \$

N.B.: On trouvera en pages 11, 12 et 13 sous la rubrique «Les activités pour enfants et adolescents» un programme complet d'activités aquatiques pour les jeunes de 1 à 17 ans.



TILDEN

**TILDEN LOCATION D'AUTOS
ET DE CAMIONS**

4141 KING OUEST
SHERBROOKE, QC
822-4141
SITUÉ CHEZ VAL ESTRIE



LOUEZ UN ÉCONOMIQUE MODÈLE FORD

L'AVANTAGE TILDEN...

- LOCATION À LA JOURNÉE, À LA SEMAINE, AU MOIS, À L'ANNÉE
- SPÉCIAUX DE FIN DE SEMAINE
- SUPERBE MINIBUS DIESEL POUR VOYAGE EN GROUPE
- PLAN DE TARIFS COMMERCIAUX RÉSERVÉS AUX ENTREPRISES

DEMANDEZ-NOUS LES DÉTAILS

HÔTEL

LE BARON



Elegant & Séduisant

Les services de l'Hôtel Le Baron:

- 125 chambres et suites tout confort
- 1 salle de banquet (capacité de 700 convives)
- 9 salles de réunions (capacité de 15 à 250 personnes)
- 1 salle à manger (Le Chevalier)
- 1 casse-croûte (La Cafetière)
- 1 restaurant japonais (Le Kaori)
- 2 bars-salons (Le Fiji, Le Baronet)
- 1 cabaret (Joséphine)
- 1 piscine extérieure

3200, rue King Ouest
Sherbrooke (Québec) J1L 1C9
(819) 567-3941

Le conditionnement physique

(Secrétariat: 821-7585)

8

Coordonnateur:



Pierre Gauthier (821-7586)

Le conditionnement physique englobent toutes les formes d'activités physiques planifiées qui, par leur nature, leur fréquence, leur durée et leur intensité, vise à améliorer la condition physique.

Le Centre sportif se réserve le droit d'effectuer des changements à l'horaire selon les circonstances.

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS	
CIRCUIT-AÉROBIE	Le programme comprend un choix d'activités individuelles et collectives scientifiquement conçues dans le but d'améliorer ou de maintenir le niveau de condition physique des participants. On y retrouve des exercices de musculation et de flexibilité. La séance se déroule sous le modèle du circuit qui consiste en une alternance d'exercices à dominante musculaire et à dominante aérobie. Les 20 dernières minutes de la séance sont consacrées à la pratique d'une activité sportive comme le volleyball, le badminton, etc.	Lundi et mercredi de 17:00 à 18:30 Mardi et jeudi de 19:00 à 20:30	Gymnase 1	Semaine du 17 janvier 3 avril	 72 \$ Membre..... 24 \$	
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE POUR LÈVE-TÔT	Le programme comprend un choix d'activités individuelles et collectives scientifiquement conçues dans le but d'améliorer ou de maintenir la capacité physique générale des participants. Le cours comprend une période d'échauffement, d'aérobie, d'exercices musculaires et de flexibilité, ainsi qu'une période de retour au calme. Le tout est supervisé par un animateur compétent et éveillé.	Mardi et jeudi 7:00 à 7:50	Gymnase 2	Semaine du 17 janvier 3 avril	 72 \$ Membre..... 24 \$	
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE PERSONNALISÉ	Le programme fournit au participant un menu d'exercices adaptés à ses besoins et intérêts, que ce soit en vue d'une amélioration de la condition physique générale ou relié à la pratique d'une activité sportive spécifique. Les usagers désireux de bénéficier de ce programme doivent se présenter à la salle de conditionnement physique, où vous trouverez un horaire qui vous permet de prendre rendez-vous avec l'un de nos spécialistes.	Inscription à la salle de conditionnement physique.	Salle de conditionnement physique	Semaine du 17 janvier	Membre..... 22 \$	
DANSE-EXERCICE (niveau 1) (niveau 2)	Le programme a pour but d'améliorer ou de maintenir le niveau de condition physique des participants au moyen de formes variées de danse ou d'enchaînements d'exercices généralisés, exécutés au son de la musique. Des connaissances en danse et en musique ne sont pas nécessaires car il n'y a aucun accent sur la performance.	Lundi et mercredi 12:00 à 13:00 18:00 à 19:00 19:00 à 20:00 20:00 à 21:00 Mardi et jeudi 17:30 à 18:30	Lundi et mercredi 17:30 à 18:30 Mardi et jeudi 12:00 à 13:00 17:30 à 18:30	• Studio de danse • Salle de karaté	Semaine du 17 janvier 3 avril	 72 \$ Membre..... 24 \$
ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE	Le Centre d'évaluation vous offre une variété de tests passant de la capacité générale, de la prescription d'un programme de conditionnement physique sur mesure, de l'enquête alimentaire informatisée à la prévention et le soin du dos ainsi que la mesure de votre capacité de travail aérobie, par analyse des gaz.	Sur rendez-vous.	Centre d'évaluation de la condition physique Kino-Université.		Pour prendre rendez-vous téléphonez au 821-7739. Les tarifs des tests varient de 7 \$ à 14 \$.	
LA FORME AU MAXIMUM	Le programme vise à montrer comment des exercices physiques appropriés peuvent soulager des tensions musculaires résultant d'un mode de vie où le stress est omniprésent. Les usagers peuvent s'initier à la méthode Jacobson de relaxation musculaire et pratiquer des exercices qui font disparaître les tensions musculaires au niveau du dos, par des mouvements de flexibilité générale.	• mardi et jeudi, 17:30 à 19:00	Salle de judo	Semaine du 17 janvier 3 avril	 75 \$ Membre..... 35 \$	
GYMNASTIQUE AQUATIQUE	Le programme comprend un choix d'activités individuelles et collectives scientifiquement conçues dans le but d'améliorer ou de maintenir la capacité physique générale des participants. Les cours sont accessibles aux personnes qui ne savent pas nager et se déroulent exclusivement dans la section peu profonde de la piscine. Un animateur dynamique dirige les séances et permet à chaque participant de progresser à son propre rythme.	• mardi et jeudi, 12:00 à 13:00, 19:00 à 20:00.		Semaine du 17 janvier 3 avril	 72 \$ Membre..... 24 \$	
NAUTILUS	Le programme fournit au participant un guide détaillé sur l'utilisation efficace des appareils Nautilus en vue d'améliorer son efficacité cardio-respiratoire, sa force, son endurance musculaire ainsi que sa flexibilité générale. Ce programme unique, n'utilisant que les appareils Nautilus, permet d'améliorer rapidement la condition physique dans un contexte agréable et des plus sécuritaires. Après que l'animateur ait expliqué en détail le programme au participant, il assiste ce dernier tout au long de sa démarche personnelle, pour contrôler sa progression. Une trentaine de minutes par séance doivent être prévues pour réaliser l'ensemble des exercices.	• lundi au vendredi, 7:00 à 22:00 • samedi, 9:00 à 16:30 • dimanche, 12:00 à 16:30 Jusqu'à 3 séances par semaine. Cet horaire est sujet à modification pour satisfaire à certains programmes spéciaux. N.B.: L'horaire des programmes spéciaux est affiché à la salle de Nautilus.	Salle de Nautilus.	Semaine du 17 janvier 3 avril	Aux heures disponibles: 95 \$ Membre..... 39 \$	
PROGRAMME MULTI-SPORTS POUR ELLES	Le programme comprend un choix d'activités individuelles ou collectives telles: la natation, le badminton, le tennis, le squash, le racquetball, du conditionnement physique etc... Le but de ce programme est de permettre aux femmes de découvrir une gamme d'activités variées tout en améliorant ou en maintenant leur capacité physique, sous la supervision d'un animateur dynamique qui leur fera découvrir les plaisirs de l'activité physique. Chaque séance selon l'activité se termine par une période de baignade.	Sessions 1 et 2 • Mardi et jeudi, de 10:30 à 11:20 *Service de halte-garderie pour les 0 à 2 ans et service d'animation pour les 2 à 6 ans. Le coût est de 2\$ par enfant par heure. N.B.: Pas de cours le 28 janvier		Session 1 19 janvier Session 2 15 mars Session 1 23 février Session 2 14 avril	 47 \$ Membre..... 17 \$	
TOTAL WORKOUT	Le workout est né sur les plages de la Californie. Il s'agit en fait d'un programme d'exercices physiques sur musique dont on peut modifier l'intensité selon le niveau des participants. Cette méthode est agréable, peu dispendieuse et efficace. À l'intérieur d'une séance on retrouve les 5 phases suivantes: échauffement, aérobie, musculation, flexibilité et retour au calme. Pour assurer la sécurité et l'efficacité des exercices, des spécialistes en conditionnement physique circulent parmi les participants afin de corriger et de veiller à la bonne exécution de chacun des mouvements.	• Tous les lundis, 12:10 à 13:10 • Tous les mercredis, 12:10 à 13:10 • Tous les vendredis, 17:00 à 18:15 • Tous les dimanches, 11:00 à 12:00	Gymnase 2	Semaine du 17 janvier 3 avril	1 \$ par séance	

la tribune

sportive

"l'équipe gagnante"

Denis Messier, Mario Goupil, Jean-Paul Ricard, Pierre Turgeon, Jeannot Bernier

Les activités d'initiation (secrétariat: 821-7574)

9

Coordonnateur:



Jean Poirier (821-7574)

Les activités d'initiation visent l'acquisition de connaissances et le perfectionnement d'habiletés; elles mènent à une pratique plus satisfaisante de certaines disciplines sportives.

Outre les activités offertes par le programme d'initiation, il est possible pour des personnes ou organismes qui possèdent des compétences dans un domaine de l'activité physique, de les transmettre sous forme de clinique, stage ou autres. Pour ce faire, les arrangements doivent se prendre avec le coordonnateur du programme d'initiation.

ACTIVITE	DESCRIPTION	HORAIRE	ENDROIT	DEBUT FIN	TARIF POUR USAGERS
AIKIDO Tous les niveaux	Ce cours pratique vise le développement harmonieux du corps et de l'esprit par l'étude des principes de combats et par l'apprentissage de techniques de défenses non violentes. Cet art martial d'origine japonaise s'adresse aux femmes et aux hommes peu importe leur habileté, leur taille ou leur âge.	Mardi et jeudi de 19:30 à 21:00 N.B.: L'habillement doit être pris dès la première semaine au comptoir de prêt. — Pas de cours les 8 et 10 mars.	Palestre (Pavillon des lettres et sciences hum.)	19 janvier 14 avril	78 \$ Membre..... 40 \$
BADMINTON débutant	Ce cours pratique traite des techniques de badminton (prise de la raquette, coup droit, coup de revers, service, règlements, etc.).	mardi, de 17:00 à 18:00 N.B.: Pas de cours le 8 mars.	Gymnase 1	Session 1 Session 2 19 janvier 1 mars 23 février 12 avril	31 \$ Membre..... 14 \$
BADMINTON non-débutant	Ce cours pratique traite des techniques et de la stratégie du badminton. Il permet aux joueurs d'acquérir ou d'approfondir certaines connaissances tout en élevant leur niveau d'habileté. Accessible aux hommes et aux femmes pouvant tenir un échange de façon continue.	mardi, de 18:00 à 19:00 N.B.: Pas de cours le 8 mars	Gymnase 1	Session 1 Session 2 19 janvier 1 mars 23 février 12 avril	31 \$ Membre..... 14 \$
DANSE-JAZZ Niveau 1	Ce cours pratique traite des techniques de la danse-jazz (exercice de flexibilité, position des bras et des jambes, enchaînements, etc.). Accessible aux débutants (hommes et femmes).	lundi, de 18:30 à 20:00 N.B.: Pas de cours le 7 mars et le 4 avril.	Salle de rythmique (Pavillon des lettres et sciences humaines)	18 janvier 13 avril	54 \$ Membre..... 22 \$
DANSE-JAZZ Niveau 2	Ce cours pratique traite des techniques de la danse-jazz. Il permet aux participants d'acquérir ou d'approfondir certaines connaissances tout en élevant leur niveau d'habileté. Accessible aux hommes et aux femmes ayant une expérience d'un an ou à ceux et celles qui ont suivi le cours niveau 1 de façon continue.	lundi, de 20:00 à 22:00 N.B.: Pas de cours le 7 mars et le 4 avril.	Salle de rythmique (Pavillon des lettres et sciences humaines)	18 janvier 13 avril	60 \$ Membre..... 28 \$
GOLF initiation	Ce cours pratique traite des techniques du golf (techniques de base, règlements, étiquette, choix d'équipement). Accessible aux débutants ou aux personnes jouant 100 et plus.	lundi ou mercredi de 18:00 à 19:00 ou 19:00 à 20:00 mardi ou jeudi de 18:00 à 19:00 N.B.: 1er cours à 18:30 pour tous les groupes. Pas de cours le 4 avril.	Local 129	Session 1 Session 2 18 janvier 7 mars 3 mars 25 avril	78 \$ Membre..... 44 \$
GOLF perfectionnement 1	Ce cours pratique traite des techniques du golf. Techniques avancées, les trajectoires, coup de départ, approche et finition de jeu. Accessible aux personnes jouant 100 ou moins, dans plus de 10 parties par année.	mardi ou jeudi de 19:00 à 20:00 N.B.: 1er cours à 18:30.	Local 129	Session 1 Session 2 19 janvier 8 mars 3 mars 21 avril	78 \$ Membre..... 44 \$
GOLF perfectionnement 2	Programme d'entraînement personnalisé sous la supervision d'un instructeur qualifié. Accessible aux joueurs évaluant sur le circuit amateur.	lundi et mercredi de 20:00 à 21:00 N.B.: Pas de cours les 7 et 9 mars et le 4 avril.	Local 129	Session 1 Session 2 Session 3 18 janvier 15 février 21 mars 10 février 16 mars 18 avril	84 \$ Membre..... 48 \$

Des dents saines dans un corps sain!

clinique dentaire
BOISCLAIR et ROUILLARD

Tél.: Dr Camille Boisclair — 566-5025

Tél.: Dr Guy Rouillard — 566-2578

1805 Galt ouest (près du boul. Université)
Sherbrooke, P.Q. J1K 1J4

Venez faire votre tour

Les jeudis jazz
de 17h à 20h

DISCOTHÈQUE

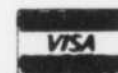
Le Bahut

sur le Campus universitaire

POUR LES
MEILLEURES PLACES
L'AUTOSPORT

l'autobus
c'est l'autoplus

CTM CORPORATION
METROPOLITAINE
DE TRANSPORT
SHERBROOKE



1925, rue Belvédère Sud, Sherbrooke

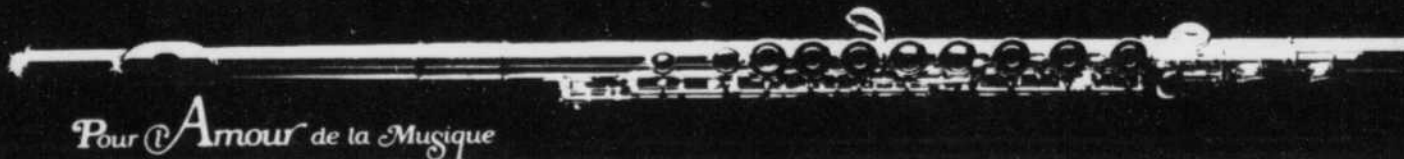
POUR RÉSERVATIONS: (819) 566-7313

Les activités d'initiation (suite)

10

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS
JUDO	Ce cours pratique traite des techniques de judo. Il permet aux participants d'acquiescer et d'approfondir certaines connaissances tout en élevant leur niveau d'habileté. Ce cours s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux personnes avancées.	lundi et mercredi, de 19:30 à 21:00 N.B.: Pas de cours les 7 et 9 mars et le 4 avril.	Salle de judo	18 janvier 18 avril	78 \$ Membre..... 36 \$
KARATÉ Niveau 1 Style Chito Ryu	Ce cours pratique traite des techniques du karaté. Accessible aux débutants (hommes et femmes, ceinture blanche).	mardi et jeudi de 19:00 à 20:30 N.B.: Pas de cours les 8 et 10 mars.	Salle de karaté	19 janvier 14 avril	78 \$ Membre..... 36 \$ N.B.: Le tarif n'inclut pas l'examen pour l'obtention d'une ceinture, ni l'affiliation à la Fédération de karaté.
KARATÉ Niveau 2 Style Chito Ryu	Ce cours pratique traite des techniques de karaté. Il permet aux karatekas d'acquiescer ou d'approfondir certaines connaissances tout en élevant leur niveau d'habileté. Accessible aux hommes et aux femmes possédant une ceinture jaune et orange. Matériel nécessaire: karatégi.	lundi, de 19:00 à 20:30 et mercredi, de 20:30 à 22:00 N.B.: Pas de cours les 7 et 9 mars, et le 4 avril.	Salle de karaté	18 janvier 18 avril	78 \$ Membre..... 36 \$ N.B.: Le tarif n'inclut pas l'examen pour l'obtention d'une ceinture, ni l'affiliation à la Fédération de karaté.
KARATÉ Niveau 3	Ce cours pratique traite des techniques du karaté. Il permet aux karatekas d'acquiescer ou d'approfondir certaines connaissances tout en élevant leur niveau d'habileté. Accessible aux hommes et aux femmes possédant une ceinture orange ou plus avancée. Matériel nécessaire: karatégi.	mardi et jeudi de 20:30 à 22:00 N.B.: Pas de cours les 8 et 10 mars.	Salle de karaté	19 janvier 14 avril	78 \$ Membre..... 32 \$ N.B.: Le tarif n'inclut pas l'examen pour l'obtention d'une ceinture, ni l'affiliation à la Fédération de karaté.
KOBUJUTSU Niveau 1	Ce cours pratique vise le développement physique et mental de la personne par l'apprentissage de principes et de techniques de kobujutsu (ancien art martial utilisant des armes: bâton court, tamba, bâton long, tonta, sai, kama, etc...).	mercredi, de 19:00 à 20:30 N.B.: Pas de cours le 9 mars	Salle de karaté	20 janvier 14 avril	56 \$ Membre..... 23 \$
MASSAGE "Shiatsu"	Synthèse japonaise de la massothérapie orientale. Le cours est une introduction à la stimulation par nos doigts des méridiens d'acupuncture.	jeudi 21:30 à 23:00 N.B.: Pas de cours le 10 mars.	Salle de judo	21 janvier 14 avril	68 \$ Membre..... 35 \$
MASSAGE DU DOS niveau 1	Une synthèse de mouvements inclus dans de multiples formes de massages afin de créer un état de profonde relaxation. Une emphase particulière sera mise sur le traitement des différents problèmes entourant les maux de dos.	jeudis de 19:00 à 21:00 N.B.: Pas de cours le 10 mars.	Salle de judo	21 janvier 14 avril	68 \$ Membre..... 35 \$
PROGRAMME MULTI-SPORTS POUR ELLES	Le programme comprend un choix d'activités individuelles ou collectives telles: la natation, le badminton, le tennis, le squash, le racquetball, du conditionnement physique etc... Le but de ce programme est de permettre aux femmes de découvrir une gamme d'activités variées tout en améliorant ou en maintenant leur capacité physique, sous la supervision d'un animateur dynamique qui leur fera découvrir les plaisirs de l'activité physique. Chaque séance selon l'activité se termine par une période de baignade.	Sessions 1 et 2 • Mardi et jeudi, de 10:30 à 11:20 Service de halte-garderie pour les 0 à 2 ans et service d'animation pour les 2 à 6 ans. Le coût est de 2 \$ par enfant par heure. N.B.: Pas de cours le 28 janvier		Session 1 19 janvier Session 2 15 mars Session 1 23 février Session 2 14 avril	47 \$ Membre..... 17 \$
RACQUETBALL	Ce cours pratique traite des techniques et des règlements du racquetball sur le plan de l'initiation. Accessible aux hommes et aux femmes.	Mardi ou jeudi de 21:30 à 22:45. N.B.: Pas de cours les 8 et 10 mars.	Salles de racquetball	Session 1 Semaine du 18 janvier Semaine du 22 février Session II Semaine du 29 février Semaine du 14 avril	37 \$ Membre..... 26 \$
SQUASH	Ce cours pratique traite des techniques et des règlements du squash sur le plan de l'initiation. Accessible aux hommes et aux femmes.	Mardi ou jeudi, de 21:30 à 22:45 N.B.: Pas de cours les 8 et 10 mars.	Salle de squash	Session 1 Semaine du 18 janvier Semaine du 22 février Session II Semaine du 29 février Semaine du 14 avril	37 \$ Membre..... 26 \$
SKI ALPIN débutant	Ce cours pratique traite des techniques du ski alpin (chasse-neige, virage, arrêt).	mercredi ou vendredi de 13:30 à 15:30 N.B.: Les journées ne sont pas interchangeables.	Mont Orford	Semaine du 18 janvier Semaine du 15 février	45 \$ Le montant exclut le remonte-pente pour la journée. Il est possible de se procurer un billet au poste d'accueil du Pavillon Université au coût de 18 \$.
SKI ALPIN intermédiaire	Ce cours pratique permet aux participants de s'initier au ski parallèle.	mercredi ou vendredi de 13:30 à 15:30 N.B.: Les journées ne sont pas interchangeables.	Mont Orford		
SKI ALPIN avancé	Ce cours pratique permet aux participants d'améliorer leur habileté sur les pentes d'experts.	mercredi ou vendredi de 13:30 à 15:30 N.B.: Les journées ne sont pas interchangeables.	Mont Orford		
SKI DE FOND	Par l'intermédiaire de cours théoriques et pratiques, dans une ambiance récréative et de loisir, développe les connaissances, habiletés et attitudes nécessaires à une pratique autonome et sécuritaire du ski de fond.	Vendredi de 13h00 à 16h00.	Rendez-vous dans le hall d'entrée du Pavillon Université.	15 janvier 26 février	44 \$ Membre..... 23 \$
TENNIS Niveaux 1 à 4	Ce cours pratique traite des techniques du tennis. Ce cours s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux joueurs avancés. Les groupes seront distribués de façon homogène lors du premier cours. Suite à cette distribution, il est possible que vous deviez changer d'heure. Si ce changement ne peut vous convenir, vous serez remboursé.	Lundi et mercredi de 17:00 à 18:00 ou de 18:00 à 19:00 N.B.: Pas de cours les 7 et 8 mars et le 4 avril.	Stade intérieur (cours 2 et 3)	Session 1 18 janvier 10 février Session II 15 février 16 mars Session III 21 mars 18 avril	57 \$ Membre..... 27 \$
YOGA Niveau 1	Ce cours pratique traite des techniques du yoga (relaxation, concentration, respiration). Accessible aux débutants (hommes et femmes).	mardi, de 19:00 à 20:30 N.B.: Pas de cours le 8 mars.	Salle de judo	19 janvier 12 avril	56 \$ Membre..... 22 \$
YOGA Niveau 2	Ce cours pratique permet d'améliorer les techniques du yoga. Accessible aux hommes et aux femmes qui ont déjà pratiqué le yoga ou qui ont suivi le niveau 1.	mardi, de 20:45 à 22:15 N.B.: Pas de cours le 8 mars.	Salle de judo	19 janvier 12 avril	56 \$ Membre..... 22 \$

N.B. On trouvera en pages 11, 12 et 13 sous la rubrique "Les activités pour enfants et adolescents" un programme complet d'activités d'initiation pour les jeunes de 6 à 17 ans.



Coordonnateurs:



Jacques LeBrun,
activités aquatiques
(821-7592)



Jean Poirier
activités d'initiation
(821-7574)

Le Centre sportif se réserve le droit d'effectuer des changements à l'horaire selon les circonstances.

RENSEIGNEMENTS PRÉALABLES

Droit d'accès aux installations sportives de l'Université.

• Personnes de 15, 16 ou 17 ans

Les personnes de ce groupe d'âge ont maintenant accès aux installations sportives aux heures régulières.

res d'ouverture. Le règlement régissant ce privilège se trouve sous la rubrique Règlements, page 4, article 2, de ce Guide.

• Personne de 6 à 14 ans ou de 5 ans ou moins.

Les personnes de ces groupes d'âge sont admises

dans les installations sportives certains jours, à des heures bien particulières. Pour connaître les conditions particulières en vigueur pour ces deux groupes d'âge, veuillez consulter la rubrique Règlement page 4, articles 3 et 4 de ce Guide.

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS
NATATION 1 à 5 ans	Les enfants avec leurs parents sont invités à participer activement à une gamme d'activités motrices et sociales (courir, marcher, sauter, grimper et lancer). • À ce stade, les enfants apprennent à découvrir les plaisirs de jouer dans l'eau pour en arriver plus tard à l'apprentissage de la natation. • Un adulte doit obligatoirement accompagner l'enfant à chaque séance. Cependant, l'adulte n'est pas tenu d'aller à l'eau, avec les 4 à 5 ans.	Samedi, de 10:20 à 10:50 (2-3 ans) de 10:55 à 11:20 (1-2 ans)* de 10:55 à 11:20 (4-5 ans) Dimanche, de 10:20 à 10:50 (4-5 ans) de 10:20 à 10:50 (2-3 ans) de 10:20 à 10:50 (1-2 ans)* Mercredi, N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 26 \$ Membre..... 15 \$ *1 à 2 ans 21 \$ Membre..... 10 \$
NATATION jaune	Ce cours a pour but de familiariser l'enfant avec l'eau peu profonde par l'exploration, le jeu et la sécurité aquatique. Préalable: avoir 5 ans ferme; natation 4-5 ans ou l'équivalent	Samedi, de 09:30 à 10:15 ou dimanche, de 11:25 à 12:05, de 12:10 à 12:55 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION orange	Ce cours a pour but de familiariser l'enfant avec les éléments fondamentaux de la pratique de la sécurité aquatique et l'initier à la propulsion en eau peu profonde. Préalable: natation jaune.	Samedi, de 11:25 à 12:05 ou dimanche, de 09:30 à 10:15, de 12:10 à 12:55. N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION rouge	Ce cours a pour but de perfectionner la pratique avec la sécurité aquatique et familiariser l'enfant avec l'eau profonde. Préalable: natation orange	Samedi, de 11:25 à 12:05 ou dimanche, de 10:00 à 10:50 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
BAIN RÉCRÉATIF	On trouvera en page 6 sous la rubrique «Les activités aquatiques» les renseignements pertinents à cette activité.			



Le Bavarois

• **BRASSERIE**
• **CAFÉ TERRASSE**
Nouvelle administration
Denis Pichette
propriétaire

Ouvert du lundi au samedi inclusivement

Licence complète — Bienvenue à la clientèle universitaire

2155, rue Galt ouest, Sherbrooke. Tél.: 565-0220

MOLSON



VOTRE REPRÉSENTANT

RICHARD SA

Session 1
23 janv
Session 2
15 mars
14 avril



Moi je choisis
Le Montagnais!

Savez-vous qu'au Montagnais
vous êtes à au moins 100 \$ de moins
par mois de l'Université!
Considérant le transport et les repas, etc.
Logements disponibles
567-1254

DOMAINE LE MONTAGNAIS

Pour informations
ou réservations

Renald et Marguerite Grenier, gérants
1970, rue Le Montagnais - App. 202
Sherbrooke (Québec)
Tél. (819) 567-1254

Les activités pour enfants et adolescents (suite)

12

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS
NATATION marron	Ce cours a pour but de familiariser l'enfant avec les techniques de survie en eau profonde et de l'initier à l'exécution de la nage crawl. Préalable: natation rouge.	• Samedi, de 11:00 à 11:50 ou dimanche, de 09:00 à 09:50. N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION bleu	Ce cours a pour but d'augmenter la vigilance de l'enfant quant à sa sécurité personnelle et de l'initier à l'exécution de la nage dos crawlée. Préalable: natation marron.	• Samedi, de 09:00 à 09:50 ou dimanche, de 10:00 à 10:50 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION vert	Ce cours a pour but de parfaire les capacités de l'enfant en natation ainsi que ses connaissances et son habileté en matière de sécurité. Il sera initié à la nage dos élémentaire. Préalable: natation bleu.	• Samedi, de 09:00 à 09:50 ou dimanche, de 09:00 à 09:50 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION gris	Ce cours a pour but de parfaire les connaissances et l'habileté de l'enfant en matière de sécurité aquatique et de l'initier à la nage brasse. Préalable: natation vert.	• Samedi, de 10:00 à 10:50, ou dimanche, de 10:00 à 10:50 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION blanc	Ce cours a pour but d'amener l'enfant à un haut niveau de compétence dans les domaines de la survie, de la sécurité aquatique et des nages. Préalable: natation gris	• Samedi, de 10:00 à 10:50 ou dimanche, de 10:00 à 10:50 N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATAFUN Initiation à la natation sportive	Ce programme «Natation Canada Esso» a essentiellement pour but d'offrir aux jeunes la possibilité de poursuivre leur intérêt et leur participation à la natation et de perfectionner les techniques de la natation sportive. Cette activité est présentée en collaboration avec le Club de natation de Sherbrooke. Préalable: Avoir 7 ans et son niveau rouge.	Lundi, de 17:00 à 18:00 (Pisc. Montcalm) ou Mercredi, de 17:00 à 18:00 (Pisc. Montcalm) ou Vendredi, de 17:00 à 18:00 (Pisc. Montcalm) ou Samedi, de 11:00 à 12:00 (Pav. Univestrie) ou Dimanche, de 11:00 à 12:00 (Pav. Univestrie) N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
NATATION familiale	Cours pratique où les parents sont invités à s'initier à la pratique de la natation, à participer à des jeux aquatiques, à découvrir les techniques de survie et de sécurité aquatique en même temps que leurs enfants. Accessible aux parents qui ont un enfant inscrit dans les cours de natation.	• Samedi, de 09:30 à 10:15, de 11:25 à 12:05 • Dimanche, de 09:30 à 10:15, de 11:25 à 12:05, de 12:10 à 12:55. N.B.: Pas de cours les 30 et 31 janvier, 20 et 21 février, 2 et 3 avril.	16 janvier 10 avril	 18 \$ Membre..... 12 \$
NAGE SYNCHRONISÉE	Cours pratique traitant des techniques de base, des habiletés telles que: la godille, la culbute avant et arrière, le voilier, la jambe de ballet etc. Accessible aux garçons et filles qui sont à l'aise en eau profonde, soit le niveau marron.	• Dimanche, de 11:00 à 12:00 N.B.: Pas de cours les 31 janvier, 21 février, 3 avril.	17 janvier 10 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$
PLONGEON	Cours pratique traitant des techniques de plongeon (avant, arrière, retourné, renversé). Les plongeurs sont exécutés du tremplin d'un mètre. Cours accessible aux personnes qui sont à l'aise en eau profonde.	Samedi, de 11:00 à 12:00 N.B.: Pas de cours les 30 janvier, 20 février, 2 avril.	16 janvier 9 avril	 27 \$ Membre..... 17 \$

CJRS 1510

De 5h30 à 9h00
du lundi au vendredi

“Le Pyjama party”

de

Marc Cournoyer

L'humoriste # 1 en Estrie



LE BULLETIN
12h00 et 18h30

du lundi au vendredi



Les activités pour enfants et adolescents (suite)

13

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	ENDROIT	DÉBUT FIN	TARIF POUR USAGERS
GOLF initiation	Cours pratique traitant des techniques du golf (techniques de base, règlements, étiquette, choix d'équipement). Accessible aux débutants ou aux personnes jouant 100 et plus.	SAMEDI de 09:00 à 10:00 (8-10 ans) de 10:00 à 11:00 (11-13 ans) de 11:00 à 12:00 (14-16 ans)	Local 129	Session 1 16 janvier 27 février Session 2 5 mars 16 avril	 74 \$ Membre..... 42 \$
JUDO	Cours pratique traitant des techniques du judo.	Samedi de 9:30 à 10:30 (6-10 ans) de 10:45 à 12:15 (11-13 ans)	Salle de judo	23 janvier 16 avril	 29 \$ Membre..... 17 \$
KARATÉ	Cours pratique traitant des techniques du karaté.	Vendredi 18:00 à 19:00 (6-8 ans) 19:00 à 20:00 (9-11 ans) N.B.: Pas de cours le 25 mars et le 1er avril.	Salle de judo	15 janvier 15 avril	 29 \$ Membre..... 17 \$
SAUVETAGE médaille de bronze et réanimation sénior	Cours théorique et pratique traitant de sécurité aquatique et des techniques de base de sauvetage et de surveillance. Il permet d'acquiescer et d'approfondir certaines connaissances tout en améliorant le niveau d'habileté. Ce cours est un préalable en vue de poursuivre sa formation au sein du cours de Croix de bronze.	Préalable: Avoir 13 ans; niveau blanc ou l'équivalent. Vendredi, de 19:00 à 20:15 (salle 227), de 20:30 à 22:30 (piscine). N.B.: Pas de cours les 29 janvier, 1er avril.		15 janvier 8 avril	 59 \$ Membre..... 37 \$
SAUVETAGE croix de bronze	Cours théorique et pratique traitant de sécurité aquatique, des techniques de sauvetage et de surveillance. Il permet d'acquiescer et d'approfondir certaines connaissances en vue de poursuivre la formation de sauveteur national. Accessible aux personnes de 14 à 17 ans possédant leur certification de médaille de bronze et réanimation senior.	Vendredi, de 19:00 à 20:15 (salle 322) de 20:30 à 22:30 (piscine). N.B.: Pas de cours les 29 janvier et 1er avril.		15 janvier 8 avril	 59 \$ Membre..... 37 \$



"Pour tout genre de réception
qu'on veut réussir"

Michel Aubé
Service de Buffet

- Entrées chaude et froide
 - Hors d'oeuvre
- Viandes de toutes sortes
 - Sandwichs
 - Salades
- Pâtisseries maisons

1560 Bowen sud,
Sherbrooke (Québec) J1G 4C6
Réservation: (819) 566-6830

**RABAIS DE
50¢**

**SUR N'IMPORTE QUELLE MARQUE DE FILM SUR
PRÉSENTATION DE CETTE ANNONCE ***

Daguerre photo

143, Frontenac, Sherbrooke, QC, J1H 1J7. 819/565-0000.

* UNE ANNONCE
PAR FILM.



**expo
HABITAT**
de l'Estrie

*"invitation
au mieux vivre"*

organisé par l'APCHQ Région de l'Estrie

**UNIVERSITÉ
DE SHERBROOKE**
Pavillon Univestrie

21 au 24 avril 1988

Judi: 17h à 22h.

Vendredi, samedi: 11h à 22h.

Dimanche: 11h à 21h.

Admission: \$3⁰⁰ (enfant accompagné
d'un adulte: gratuit)

Visitez une maison de \$100,000,
toute décorée, qui sera vendue aux
enchères durant l'exposition, et ve-
nez voir le Pavillon jardin, résidence
des grands parents.

Participez au tirage de
plusieurs prix de présence.

Stationnement gratuit.

Service de minibus et de
garderie gratuits.

Coordonnateur:



Jean Poirier (821-7574)

Le Centre sportif se réserve le droit d'effectuer des changements à l'horaire selon les circonstances.

RENSEIGNEMENTS PRÉALABLES

□ GÉNÉRALITÉS

Les activités récréatives permettent au membre ou à l'utilisateur occasionnel d'exercer le sport de son choix au moment où il le désire et selon les disponibilités des plateaux du Centre sportif. Dans un certain nombre de cas, il est obligatoire de réserver un plateau. Pour des raisons reliées à l'enseignement, les renseignements ci-dessous ne tiennent pas compte des nombreuses périodes disponibles entre 07:00 et 18:00. L'utilisateur est prié de consulter le tableau dans le hall d'entrée du Pavillon Univestrie au début de chaque semaine.

□ SERVICE DE SUPERVISION POUR LES SPORTS DE RAQUETTES

Les adeptes du tennis, badminton, squash et racquetball seront heureux d'apprendre qu'ils peuvent profiter s'ils le désirent, des services d'un superviseur dans leur discipline préférée. Vous avez besoin d'un conseil, de partenaires? Vous aimeriez participer à un petit tournoi. Le superviseur est là pour vous aider. Les noms des superviseurs pour chacun des sports de raquette seront affichés près des plateaux correspondants aux sports en question. Ne vous gênez pas pour faire appel à leurs services. Ils sont là pour vous aider et rendre plus agréable la pratique de votre sport préféré.

Activités sans réservation

ACTIVITÉ	ENDROIT	HORAIRE	FONCTIONNEMENT
SKI ALPIN ET SKI DE FOND ACHAT DE BILLETS Conditions particulières Seul le détenteur d'une carte de membre du Centre sportif ou du Club de ski Centre sportif/Le Bahut peut acheter des billets de ski au poste d'accueil du Centre sportif. — Du dimanche au vendredi à 12:00, un seul billet par carte de membre. — Le vendredi de 12:00 à la fermeture, deux billets par carte de membre. — Le samedi de l'ouverture à 12:00, deux billets par carte de membre. — Le samedi de 12:00 à la fermeture, un billet par carte de membre. — Le 23 décembre, de 12:00 à la fermeture, 5 billets par carte de membre. — Le 26 février et le 4 mars de 12:00 à la fermeture; le 27 février et le 5 mars de l'ouverture à 12:00, 5 billets par carte de membre. Pour acheter des billets pour une autre personne, il faut absolument avoir en sa possession la carte de membre de cette personne lorsque vous vous présentez au poste d'accueil du Centre sportif.	Bromont	• Lundi au jeudi de 09:00 à 18:00 — prix régulier: 26 \$ — avec la carte de membre: 14 \$ • Vendredi de 09:00 à 18:00 — prix régulier: 26 \$ — avec la carte de membre: 18 \$ • Dimanche au jeudi, de 15:00 à 22:30 — prix régulier: 21 \$ — avec la carte de membre: 12 \$ • Tous les vendredis et samedis et tous les soirs du 18 décembre au 3 janvier inclusivement de 15:00 à 24:00 — prix régulier: 21 \$ — avec la carte de membre: 15 \$ • Tous les samedis et dimanches et tous les jours du 18 décembre au 3 janvier inclusivement de 09:00 à 18:00 Adultes — prix régulier: 26 \$ — avec la carte de membre: 22 \$ Enfants (12 ans et moins) — prix régulier: 19 \$ — avec la carte de membre: 15 \$	Le détenteur de la carte de membre (trimestre hiver 1988) doit se procurer un billet de ski au poste d'accueil du Pavillon Univestrie, durant les heures d'ouverture. Munie de son billet de ski, la personne se rend au guichet principal du centre de ski pour obtenir un billet de remontées mécaniques. N.B.: Le prix du billet n'est pas remboursable.
	Jay Peak	• Lundi au vendredi de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 28 \$ can. — avec la carte de membre: 19 \$ can. • Samedi, dimanche et jours fériés du 21 décembre au 4 janvier et du 15 au 19 février de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 28 \$ can. — avec la carte de membre: 21 \$ can.	Voir Bromont
	Mont Ste-Anne	• Lundi au vendredi de 08:00 à 16:00 Adultes — prix régulier: 27 \$ — avec la carte de membre: 22 \$ 14 à 20 ans — prix régulier: 25 \$ — avec la carte de membre: 19 \$ 6 à 13 ans et 65 ans et plus — prix régulier: 19 \$ — avec la carte de membre: 13 \$ • Samedi et dimanche et du 87-12-26 au 88-01-03 de 08:00 à 16:00 Adultes — prix régulier: 27 \$ — avec la carte de membre: 24 \$ 14 à 20 ans — prix régulier: 25 \$ — avec la carte de membre: 21 \$ 6 à 13 ans et 65 ans et plus — prix régulier: 19 \$ — avec la carte de membre: 15 \$ • Dimanche au jeudi de 16:00 à 22:30 Adultes — prix régulier: 15 \$ — avec la carte de membre: 10 \$ 14 à 20 ans — prix régulier: 13 \$ — avec la carte de membre: 10 \$ • Vendredi, samedi et soirs du 87-12-26 au 88-01-03 de 16:00 à 22:30 Adultes — prix régulier: 15 \$ — avec la carte de membre: 12 \$ 14 à 20 ans — prix régulier: 13 \$ — avec la carte de membre: 12 \$ Ski de fond Tous — prix régulier: 5 \$ — avec la carte de membre: 4 \$	Voir Bromont
	Orford	• Lundi au vendredi de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 26 \$ — avec la carte de membre: 18 \$	Le détenteur de la carte Univestrie (trimestre hiver 1988) doit se procurer un billet de ski au poste d'accueil du Pavillon Univestrie. Munie de sa carte Univestrie et de son billet de ski, la personne se rend au guichet principal du centre de ski pour obtenir un billet de remontées mécaniques.
	Owl's Head	• Lundi au vendredi de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 19 \$ — avec la carte de membre: 15 \$ • Samedi, dimanche et jours fériés de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 21 \$ — avec la carte de membre: 19 \$ * du 21 décembre au 1er janvier inclusivement.	Voir Orford
	Sugarloaf	• Lundi au vendredi de 08:00 à 16:00 Adultes — prix régulier: 37 \$ can. — avec la carte de membre: 22 \$ can. Enfants (7 à 14 ans) — prix régulier: 20 \$ can. — avec la carte de membre: 17 \$ can. • Samedi, dimanche et du 87-12-26 au 88-01-03 de 08:00 à 16:00 Adultes — prix régulier: 37 \$ can. — avec la carte de membre: 31 \$ can. Enfants (7 à 14 ans) — prix régulier: 20 \$ can. — avec la carte de membre: 17 \$ can.	Voir Bromont
	Sutton	• Lundi au vendredi de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 25 \$ — avec la carte de membre: 18 \$ • Samedi, dimanche et jours fériés de 09:00 à 16:00 — prix régulier: 25 \$ — avec la carte de membre: 22 \$	Voir Orford



	ACTIVITÉ	ENDROIT	HORAIRE	RESTRICTIONS	FONCTIONNEMENT
Activités sans réservation (suite)	ANIMATION	1 ou 2 plateaux dans le stade	Samedi et dimanche de 12:30 à 16:20 Début: 9 et 10 janvier Fin: 16 et 17 avril	9, 10, 23, 24 janvier 6, 7 février 12 mars 9, 16, 23 et 24 avril	Un animateur dynamique est sur place pour l'animation.
	BAIN RÉCRÉATIF	Piscine			Voir les activités aquatiques.
	CONDITIONNEMENT PHYSIQUE	Salle de conditionnement physique	Du lundi au vendredi, de 7:00 à 22:00 Samedi de 9:30 à 16:30 Dimanche de 9:30 à 16:30		
	GOLF	Salle 129	Heures d'ouverture du Centre sportif	— lundi et mercredi de 18:00 à 21:00 — mardi et jeudi de 19:00 à 20:00 — samedi de 09:00 à 12:00	Les usagers intéressés à frapper des balles de golf doivent s'adresser aux préposés afin d'avoir accès à la salle. Les usagers peuvent également louer les bâtons de golf et les balles.
	JOGGING	Stade ou extérieur	Heures d'ouverture du Pavillon Univestrie	8, 9, 10, 23, 24 janvier 3, 4, 6, 7 et 17 février 10, 11, 12 mars 9, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 avril	
Activités avec réservation	TENNIS DE TABLE	Corridor du troisième étage	Heures d'ouverture du Pavillon Univestrie		Quatre tables sont disponibles. Les filets sont au comptoir de prêt d'équipement.
	BADMINTON	Gymnase 1 et 2 Stade	Lundi, mercredi et vendredi 4 terrains de 18:00 à 22:50 Samedi et dimanche 4 terrains de 12:00 à 16:20 N.B.: Les samedis et dimanches, les terrains de badminton du gymnase 1 seront montés entre 9:00 et 12:00 s'il n'y a pas de réservations pour le handball ou le basketball. Il en sera de même entre 13:00 et 16:00 s'il n'y a pas de réservation pour le volleyball. Les terrains de badminton pourront être réservés à ces heures, deux jours à l'avance pour le gymnase 2, et au poste d'accueil pour le gymnase 1. Lundi, mercredi et vendredi 3 terrains de 18:00 à 22:50 Samedi 3 terrains de 9:00 à 16:20 Dimanche 3 terrains de 13:00 à 16:20	8, 9, 10, 23, 24 janvier 3, 6, 7 et 17 février 10, 11, 12 mars 9, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 avril	Gymnase 1 Pour réserver un terrain, il faut se présenter à l'accueil qui vous attribuera le prochain terrain disponible. Gymnase 2 RÉSERVATIONS RÉGULIÈRES: Les réservations se prennent du lundi au vendredi au numéro 821-7577 entre 19:00 et 19:45. Ces réservations doivent être prises, au plus, deux jours à l'avance. RÉSERVATIONS PRIVILÉGIÉES: Ce type de réservation permet aux titulaires de la carte de membre qui le désirent de réserver une semaine à l'avance deux périodes par semaine. Pour réserver, vous devez vous présenter au poste d'accueil ou composer le 821-7575 entre 8:00 et 22:00. Nombre maximal accepté: 100 Frais: Hiver 28 \$ Été 13 \$ Hiver et été 32 \$ Date: Le 4 janvier pour le 11 janvier Stade Voir réservations régulières du gymnase 2.



Le Ranch du Spaghetti

- Déjeuner servi dès 6h (rue King Ouest seulement)
- Salle pour groupes jusqu'à 80 personnes
- Prix populaires
- Vaste stationnement
- Licence complète

- 1180, rue King Est, Sherbrooke 566-1141
- 3175, rue King Ouest, Sherbrooke 822-3175

Skiez le fun




STATION TOURISTIQUE

SKI JAY PEAK

Le plus haut sommet de la région à moins de 50 minutes de Sherbrooke

- 4000' d'altitude avec 50 milles de piste loin des foules.
- Argent canadien accepté au pair pour les billets de remontées de 1 ou 2 journées
- Info. sans frais 1-800-654-5754



JAY PEAK VERMONT

Direction: autoroute 10, sortie 106, route 245 sud et suivez les indications.

"LES SPORTS" PARTOUT DANS LE MONDE

SEUL OU EN GROUPE

Voyages Escapade inc. / 

121, rue Frontenac
Sherbrooke, Qué. J1H 1J7
(819) 563-5344



ACTIVITÉ	ENDROIT	HORAIRE	RESTRICTIONS	FONCTIONNEMENT
BALLON SUR GLACE	Arénas Yvan Dugré, Eugène Lalonde et Palais des sports.	Tous les jours	Accessible selon la disponibilité des glaces.	Le programme récréatif du Centre sportif vous permet de réserver des glaces et de profiter d'une réduction. Les réservations se font au secrétariat du Centre sportif.
BASKETBALL	Gymnase 1	Dimanche de 9:00 à 12:00 N.B.: S'il n'y a pas de réservation pour le basketball et le handball, les terrains seront montés pour le badminton et pourront être réservés lors de votre arrivée au poste d'accueil.	10 janvier 9, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 avril	Les réservations doivent être faites de 5 à 3 jours à l'avance, du lundi au vendredi en composant le 821-7577 entre 20:00 et 20:45. La durée d'une période de jeu est de 60 minutes, sauf si elle est suivie d'un changement d'activité ou de programme. Un nombre minimum de 8 joueurs est requis pour que la réservation d'un terrain soit accordée.
DANSE	Studio de danse ou salle de karaté	Tous les jours	Selon la disponibilité des plateaux	Voir basketball
HANDBALL	Gymnase 1	Voir basketball	Voir basketball	Voir basketball
HOCKEY	Arénas Yvan Dugré Eugène Lalonde et Palais des sports	Tous les jours	Accessible selon la disponibilité des glaces	Voir ballon sur glace
JUDO	Salle de judo	Tous les jours	Selon la disponibilité du local	Voir basketball
KARATÉ	Salle de karaté	Tous les jours	Selon la disponibilité du local	Voir basketball
RACQUETBALL	Courts de racquetball	Tous les jours, Les périodes de jeu sont de 45 minutes.	19, 21, 26, 28 janvier 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 26 février 1, 3, 15, 17, 22, 24, 29 31 mars 5, 7, 12, 14 avril	Réservations régulières: Les réservations se prennent du lundi au vendredi au numéro 821-7577 entre 18:00 et 18:45. Ces réservations doivent être prises, au plus, deux jours à l'avance. Réservations privilégiées: Description, procédure, tarif et date: voir badminton. Nombre maximal accepté: 70.
SOCCER	Stade N.B.: Sur 2 plateaux seulement	Mercredi de 21:00 à 22:50 Samedi et dimanche de 9:00 à 12:00 N.B.: S'il n'y a pas de réservation pour le soccer, les terrains seront montés pour le tennis, et pourront être réservés deux jours à l'avance.	8, 9, 10, 23, 24 janvier 3, 6, 7 et 17 février 10, 11, 12 mars 9, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 avril	Voir basketball. Un nombre minimum de 10 joueurs est requis pour accorder la réservation.
SQUASH	Courts de squash	Tous les jours Les périodes de jeu sont de 45 minutes.	Voir racquetball Tous les jeudis les 3 terrains sont disponibles de 17:45 à 20:00 pour la ligue de squash. Participation libre.	Réservations régulières: Les réservations se prennent du lundi au vendredi au numéro 821-7577 entre 18:00 et 18:45. Les réservations doivent être prises, au plus, deux jours à l'avance. Réservations privilégiées: Description, tarif, date et procédure: voir badminton. Nombre maximal accepté: 100.
TENNIS	Stade	Lundi, mercredi et vendredi 3 terrains de 18:00 à 20:50 1 terrain de 21:00 à 22:50 Samedi 1 terrain de 9:00 à 16:30 Dimanche 1 terrain de 9:00 à 16:30 N.B.: Les lundis, mercredis et vendredis entre 21:00 et 22:50, les samedis et dimanches entre 9:00 et 12:00, s'il n'y a pas de réservation pour le soccer ou le volleyball, les deux terrains seront montés pour le tennis et pourront être réservés deux jours à l'avance.	Voir soccer	Réservations régulières: Les réservations se prennent du lundi au vendredi au numéro 821-7577 entre 20:00 et 20:45. Les réservations se prennent, au plus, deux jours à l'avance. Réservations privilégiées: Description, tarif, date et procédure: voir badminton. Nombre maximal accepté: 50.
VOLLEYBALL	Stade Gymnase 2	Lundi et vendredi de 21:00 à 22:50 N.B.: S'il n'y a pas de réservation, les terrains seront montés pour le tennis et pourront être réservés deux jours à l'avance.	Voir badminton.	Voir basketball. Un nombre minimum de 8 joueurs est requis pour accorder un terrain réglementaire.
BADMINTON, BASKETBALL, HOCKEYBALLE, SOCCER, TENNIS, VOLLEYBALL	Gymnase du campus de l'Est (CHUS)	Samedi de 13:00 à 16:00 N.B.: S'il n'y a pas de réservation, les terrains seront montés pour le badminton et pourront être réservés deux jours à l'avance.		Les usagers du gymnase du campus de l'Est peuvent pratiquer les disciplines énumérées en réservant au numéro 564-5480.

HORAIRE DU GYMNASSE DU CAMPUS DE L'EST (CHUS) POUR LE TRIMESTRE HIVER 1988

- ☐ Horaire régulier
- Du lundi au jeudi: de 8:30 à 23:30
 - Le vendredi: de 8:30 à 18:30
- ☐ Sur réservation seulement
- Le vendredi: de 18:30 à 23:30
 - Le samedi et le dimanche: de 8:30 à 23:00

La grille horaire détaillée sera disponible au début du trimestre au bureau du proposé. Pour renseignements et/ou réservations: André Bélanger au 564-5480 entre 08:30 et 18:00.

LES PROJETS SPÉCIAUX (resp.: Jean Poirier 821-7574)

Les projets spéciaux sont des activités sportives qui se déroulent dans les installations sportives de l'Université de Sherbrooke mais qui ne figurent pas dans la programmation régulière du Centre sportif.

En quelques occasions, le Centre sportif peut mettre sur pied de tels projets (ex.: écoles actives) mais ils sont surtout l'initiative de groupes de membres ou bien de la population en général.

• Projets spéciaux pour les membres

Ces projets permettent aux membres de se regrouper et de profiter des installations du Centre sportif pour pratiquer une activité physique de leur choix. Ils peuvent prendre de nombreuses formes: journées sportives, rencontres entre classes ou facultés, activités pour les personnels, etc.

Les membres doivent présenter leur projet au coordonnateur des projets spéciaux afin que ce dernier puisse élaborer avec eux les conditions de réalisation et leur faciliter l'accès aux installations. Il n'y a

pas de frais rattaché à la réalisation de ces projets sauf s'ils occasionnent des dépenses non prévues dans le fonctionnement régulier du Centre sportif.

• Projets spéciaux pour la population en général

La population locale ou régionale qui désire réaliser, au Centre sportif, un projet qui concerne le domaine de l'activité physique est invitée à le faire sans restriction.

Les initiateurs de ces projets doivent s'adresser au coordonnateur des projets spéciaux afin d'étudier les possibilités de réalisation de projet. Des coûts sont rattachés à la réalisation de ces activités; ils seront déterminés par le coordonnateur.

Il ne faut pas confondre projet spécial et location de plateaux. Un projet qui ne nécessite que la simple utilisation des plateaux du Centre sportif constitue une location. Dans ce dernier cas, il faut s'adresser au responsable des installations en composant le 821-7590. Par ailleurs, un projet qui nécessite des ressources autres que des plateaux (animation, supervision, etc.) peut être considéré comme un projet spécial.



Coordonnateur:



Raymond Bussière (821-7582)

Le Centre sportif se réserve le droit d'effectuer des changements à l'horaire selon les circonstances.

RENSEIGNEMENTS PRÉALABLES

À lire attentivement avant de s'engager dans une équipe et /ou dans une ligue.

1. Des **frais d'inscription** sont exigés des participants aux différentes activités; ces frais ne sont pas remboursables et doivent obligatoirement accompagner la fiche d'inscription individuelle ou d'une équipe. Vous devez détenir une carte de membre validée pour la session en cours, sinon vous êtes soumis au tarif des usagers occasionnels.
2. Le **nombre d'équipes** dans certaines ligues est contingenté. Il est donc préférable de former des équipes pour augmenter vos chances de jouer dans ces ligues.
3. **Objectifs:** Le rôle des activités compétitives est d'offrir un encadrement aux personnes qui cherchent un climat agréable pour pratiquer un sport de leur choix dans le but de se détendre. Jouer pour le plaisir en éprouvant la satisfaction pour les tours d'habiletés réussies en respectant les règlements, les arbitres et les adversaires procureront plus de satisfaction personnelle que la victoire.

4. Catégories:

- AA, joueur possédant une habileté éprouvée et une maîtrise des techniques;
- A, joueur possédant une habileté moyenne et une certaine maîtrise des techniques;
- B, joueur désirant participer mais ne possédant pas nécessairement des habiletés poussées.

5. La réunion des capitaines a pour but de:

- présenter les objectifs de la ligue;
- vérifier les restrictions des équipes;
- expliquer le classement;
- présenter les règlements;
- construire le calendrier.

6. Les activités compétitives se tiennent dans le cadre de:

- ligues;
- tournois.

ACTIVITE	DESCRIPTION	INSCRIPTION	RÉUNION DES CAPITAINES	FRAIS
BALLON SUR GLACE	LIGUE MIXTE: • Maximum d'équipes: 8 • Minimum d'équipes: 4 • Minimum de joueurs par équipe: 11 HORAIRE: à déterminer DÉBUT: semaine du 21 janvier ENDROIT: Aréna Mont Ste-Anne Arbitres demandés. Rémunération 8,50 \$/match	PAR ÉQUIPES: Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Univestrie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Univestrie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19, 20 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Univestrie, entre 14:00 et 18:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 20 janvier HEURE: 19:00 ENDROIT: salle 323	: 50 \$ Membres: 25 \$ Par équipe (glace): 275 \$
BASKETBALL	LIGUE MASCULINE: • Maximum d'équipe: 8 • Minimum de joueurs par équipe: 8 • Minimum d'équipes: 4 HORAIRE: jeudi de 17:30 à 22:50 DÉBUT: jeudi 21 janvier ENDROIT: Gymnase 1 Arbitres demandés. Rémunération: 7,50 \$/match. Marqueurs: 4,25 \$/match.	PAR ÉQUIPE Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Univestrie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Univestrie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19, 20 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Univestrie, entre 14:00 et 17:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription.	DATE: 20 janvier HEURE: 18:00 ENDROIT: salle 322	: 37 \$ Membres: 24 \$



TÉL.: 567-8481

Claude Fortier, o.o.d.

OPTICIEN D'ORDONNANCES

VERRES PROTECTEURS DISPONIBLES
AVEC PRESCRIPTION

LES PROMENADES KING
2253 OUEST, RUE KING

SHERBROOKE, QUÉ.
J1J 2G2

- Tous les dimanches vous êtes invités au brunch et buffet familial.

- Table d'hôte préparée par le chef Yvon Couture du lundi au samedi.

- 5 à 7 au Bar Entre Nous.

- Et musique de danse au Bar Mirage du mardi au samedi.



AUBERGE
DES GOUVERNEURS

3131, rue King Ouest, Sherbrooke
(Québec), J1L 1C8 Tél.: (819) 565-0464

Les activités compétitives (suite)



18

ACTIVITE	DESCRIPTION	INSCRIPTION	RÉUNION DES CAPITAINES	FRAIS
HOCKEY	LIGUE FÉMININE: • Maximum d'équipes: 4 • Minimum d'équipes: 4 • Minimum de joueurs par équipe: 11 HORAIRE: à déterminer DÉBUT: semaine du 25 janvier ENDROIT: Aréna Mont Ste-Anne Arbitres demandés. Rémunération: 8,50 \$/match	PAR ÉQUIPE: Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives- trie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19, 20, 21 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives-trie, entre 14:00 et 17:30 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles seront acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 21 janvier HEURE: 18:30 ENDROIT: salle 328	Par équipe (glace incluse)..... 500 \$
HOCKEY	LIGUE MASCULINE: • Maximum d'équipes: 20 • Minimum de joueurs par équipe: 11 HORAIRE: lundi, mardi et jeudi à compter de 22:00, mercredi à compter de 23:00. DÉBUT: le 21 janvier ENDROIT: Aréna Yvan Dugré Arbitres demandés. rémunération: 8,50 \$/match.	PAR ÉQUIPE: Heure et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives- trie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — le 18 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives-trie, entre 14:00 et 17:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 18 janvier HEURE: 18:00 ENDROIT: salle 322-323	 50 \$ Membres 25 \$ Par équipe (glace): 275 \$
SOCCER A TROIS	LIGUE MASCULINE ET/OU MIXTE: • Nombre maximum d'équipes: 12 • Nombre minimum d'équipes: 4 • Nombre minimum de joueurs par équipe: 5 HORAIRE: jeudi de 17:00 à 18:50 ENDROIT: stade intérieur DÉBUT: jeudi 21 janvier	PAR ÉQUIPE: Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives- trie, entre 14:00 et 18:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Uni- vestrie, entre 14:00 et 19:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INSCRIPTION INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 19 janvier HEURE: 19:00 ENDROIT: salle 322	 36 \$ Membres: 17 \$
SOCCER	• Nombre maximum d'équipes: 8 • Nombre minimum de joueur par équipe: 10 HORAIRE: Jeudi de 19:00 à 22:50 DÉBUT: 21 janvier ENDROIT: stade intérieur du Pavillon Unives-trie	PAR ÉQUIPE: Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Uni- vestrie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Uni- vestrie, entre 14:00 et 17:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INSCRIPTION INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 19 janvier HEURE: 18:00 ENDROIT: salle 322	 36 \$ Membres: 17 \$
VOLLEYBALL	LIGUE MASCULINE: • Nombre minimum d'équipes: 4 • Nombre maximum d'équipes: 16, cat. AA, A, B. • Nombre minimum de joueurs par équipe: 8 HORAIRE: mardi de 18:00 à 22:50 DÉBUT: 26 janvier ENDROIT: stade intérieur du pavillon Unives-trie Arbitres demandés. Rémunération: 6,75\$/match	Par équipe Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives- trie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19, 20, 21 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives-trie, entre 14:00 et 17:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 21 janvier HEURE: 18:00 ENDROIT: salles 322-323	 35 \$ Membres 17 \$
VOLLEYBALL	LIGUE MIXTE: • Minimum d'équipes: 32, cat. AA, A, BB, B. • Minimum de joueurs par équipe: 8 HORAIRE: mardi de 18:00 à 22:50 DÉBUT: 26 janvier ENDROIT: stade intérieur du Pavillon Unives-trie Arbitres demandés. Rémunération: 6,75\$/match	PAR ÉQUIPE: Heures et endroits — du 4 au 8 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives- trie, entre 14:00 et 19:00 — du 11 au 15 janvier, dans le hall d'entrée du Pavillon Unives-trie, entre 09:00 et 18:00 — les 18, 19, 20, 21 janvier, kiosque d'accueil du Pavillon Unives-trie, entre 14:00 et 18:00 Les équipes sont acceptées selon l'ordre d'inscription. INDIVIDUELLE: Les inscriptions individuelles sont acceptées à la réunion des capitaines en autant que des places sont disponibles.	DATE: 21 janvier HEURE: 18:45 ENDROIT: salles 322-323	 35 \$ Membres 17 \$



Coordonnateurs:



Jean-Guy Ouellette,
sports d'excellence
et clubs sportifs
(821-7573)



Raymond Bussière
développement
sportif
(821-7582)



Régent Roy,
manifestations sportives
(821-7596)

LES SPORTS D'EXCELLENCE

Depuis 1979, la direction du Centre sportif concentre ses implications dans les sports d'excellence sur quatre disciplines: l'athlétisme/cross country, la natation, le soccer et le volleyball.

Comptant sur une équipe d'entraîneurs à temps partiel se comparant avantageusement à celle rencontrée dans les autres universités canadiennes, les équipes Vert & Or, les équipes L'Univestrie, le Club d'Athlétisme de Sherbrooke et le Club de Natation de Sherbrooke ont connu une fois de plus énormément de succès en 1987; 2^e position de l'ASUQ en athlétisme, en

cross country, en soccer masculin et féminin, en volleyball masculin et féminin; performance à la hausse aux différents championnats canadiens et performances extraordinaires au niveau civil alors que L'Univestrie femme en volleyball a répété son exploit de l'an dernier en remportant la médaille d'or lors du Championnat canadien de Calgary et que L'Univestrie en soccer masculin a fait la pluie et le beau temps dans la Ligue Nationale de Soccer du Québec.

Bref, la saison 1987 a été particulièrement intéressante pour le programme des sports d'excellence.

ATHLÉTISME

Personnel d'encadrement:

- Richard Crevier, entraîneur-chef
- Jacques Petit, entraîneur (épreuves multiples)
- Jean-Pierre Lemelin, entraîneur (demi-fond, fond et cross country)
- Yves Roy, entraîneur (saut)
- Daniel Quirion, adjoint (coordonnateur)

SOCCER (féminin)

Personnel d'encadrement:

- Cécile Daigle, entraîneur-chef

NATATION

Personnel d'encadrement:

- Paul Naisby, entraîneur-chef
- Frédéric Paré, assistant
- Jacques LeBrun, adjoint (coordonnateur)

SOCCER (masculin)

Personnel d'encadrement:

- Georges Laurent, entraîneur-chef
- Vincent Chabert, assistant-entraîneur
- Gilbert Bérubé, gérant
- Sylvain Loiseau, adjoint (coordonnateur)

VOLLEYBALL (féminin)

Personnel d'encadrement:

- Gaëtan Morin, entraîneur-chef
- Richard Labonté, assistant-entraîneur
- Richard St-Jean, assistant-technicien
- Sylvain Loiseau, adjoint (coordonnateur)

VOLLEYBALL (masculin)

Personnel d'encadrement:

- Jean-Claude Meilleur, entraîneur-chef
- Normand Bouchard, assistant-entraîneur
- Paul Lépinay, assistant-entraîneur
- Marc Tardif, assistant-entraîneur
- Sylvain Loiseau, adjoint (coordonnateur)

LES CLUBS SPORTIFS

Les Clubs sportifs ont connu une saison intéressante en 1987 alors que les disciplines du badminton, golf et soccer féminin terminaient tous en 2^e position aux championnats de l'ASUQ. Quant au ski alpin, nouvelle discipline de ce programme, le Vert & Or s'est classé 4^e.

Contrairement aux sports d'excellence, les clubs sportifs s'adressent à la clientèle étudiante à temps plein de l'Université; le réseau de compétition se limite aux établissements de l'ASUQ. Ainsi nous retrouverons en 1987-1988 le Vert & Or en badminton, golf, soccer féminin et ski alpin.

BADMINTON

Personnel d'encadrement:

- Donald Marchand, entraîneur
- Daniel Quirion, coordonnateur

GOLF

Personnel d'encadrement:

- André Pelletier, entraîneur-chef

SKI ALPIN

Personnel d'encadrement:

- Cyrille Vittecoq, entraîneur
- Daniel Quirion, coordonnateur
- Raymond Bussière, coordonnateur

**8^e Rencontre internationale
d'athlétisme de Sherbrooke**
24 janvier 1988, 13h30

**Tout comme Ben Johnson
soyez les premiers au fil
d'arrivée**

**Achetez immédiatement
vos billets (sièges réservés) au
kiosque d'accueil du Pavillon
Univestrie**
Renseignements: 821-7575



LES MANIFESTATIONS SPORTIVES MAJEURES

DE L'HIVER 1988:

Dans le but de promouvoir le programme du sport d'excellence, d'offrir un réseau de compétitions aux étudiants-athlètes des équipes Vert & Or et aux athlètes des équipes L'Univestrie, et finalement dans le but d'utiliser d'une façon adéquate les installations sportives du Pavillon Univestrie; le Centre sportif de l'Université organise des compétitions sportives de niveaux provincial, national et international. Le Centre sportif vous convie à assister dans les prochains mois à:

LA RENCONTRE INTERNATIONALE D'ATHLÉTISME

Le mois de janvier marque le retour de cette grande rencontre d'athlétisme. En effet, le 24 janvier 1988 se déroulera la 8^{ème} édition de la Rencontre internationale d'athlétisme. Dans le cadre de l'année pré-olympique inutile de dire que de grands noms sont susceptibles de participer à ce prestigieux événement inscrit au circuit nord américain Mobil Oil. La Rencontre Univestrie regroupant les universités québécoises ainsi que quelques universités américaines en plus des athlètes des clubs civils se déroulera, quant à elle, le 23 janvier. Venez admirer les performances de tous ces adeptes du stade.

LA COUPE DE L'EST EN NATATION

Près de 450 nageurs sont attendus à Sherbrooke dans le cadre de la Coupe de l'Est, en natation. En effet, les 29, 30 et 31 janvier la piscine du Pavillon Univestrie sera submergée de nageurs venant des provinces de tout l'Est du Canada. Cette compétition s'inscrit dans le cadre des préparatifs des Jeux Olympiques de Séoul, en septembre prochain. Soyez nombreux pour encourager nos athlètes sherbrookoises et québécoises.

LE CHAMPIONNAT CANADIEN UNIVERSITAIRE DE VOLLEYBALL

Les amateurs du volleyball auront l'occasion d'admirer les meilleures équipes féminines universitaires du Canada lors de cet imposant championnat. L'équipe Vert & Or du Centre sportif dont la réputation n'est plus à faire, vous invite cordialement à venir les encourager et les supporter. Soyez de la partie les 10, 11 et 12 mars prochains.

COMPÉTITIONS IMPORTANTES:

LE CHAMPIONNAT PROVINCIAL JUNIOR ET SENIOR D'ATHLÉTISME

Les 6 et 7 février L'Univestrie de l'Université de Sherbrooke sera l'hôte du Championnat junior et senior de la Fédération d'athlétisme du Québec.

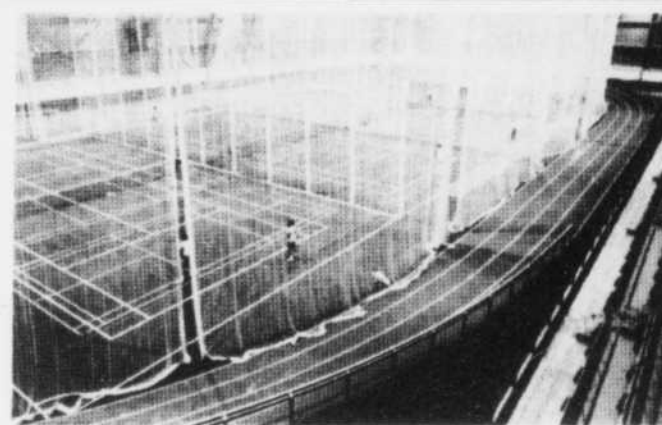
LA RENCONTRE PRINTANIÈRE D'ATHLÉTISME

À sa 6^e édition, la Rencontre printanière d'athlétisme accueillera près de 350 participants, le 28 mai prochain à la piste du stade extérieur.

PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT SPORTIF

École de Soccer Vert et Or

- Clientèle: Garçons et filles de 6 à 12 ans.
- Endroit: Centre Sportif de l'Université de Sherbrooke.
- Quand: du 29 février au 4 mars.
- Horaire: de 9:00 à 16:00.
- Tarif: 65 \$ (Un chandail de l'école sera remis à chaque participant).
- N.B.: Un feuillet d'information sera également disponible.



**PROFITEZ DONC
D'UN R.E.E.R. RENTABLE!**
Adressez-vous à un représentant
de votre Mutuelle.



**Mutuelle
des Fonctionnaires
du Québec**
563-0933

Pour votre:
Assurance-vie
Régime d'épargne
Régime enregistré d'épargne-retraite (R.E.E.R.)
Régime de prestations aux employés (R.P.E.)

vos Compagnies

membres du groupe M.F.Q.



BUREAU RÉGIONAL:
au 1650, rue King ouest
Sherbrooke (Québec) J1J 2C3

Les employés, conseillers et représentants de votre Mutuelle vous proposeront des produits et services adaptés spécifiquement à vos besoins.

Au service exclusif des employés des secteurs public et parapublic.

La Capitale

Compagnie d'assurance générale

563-2700



Pour votre:
Assurance automobile
Assurance biens personnels
Assurance responsabilité civile

Les tarifs 1988

LES DROITS D'INSCRIPTION

• LES MEMBRES (titulaires de la carte **UNIVERSITÉ** ou de la carte d'étudiant de l'Université validée par le Centre sportif).

CODE	CATÉGORIE	TRIMESTRE		
		HIVER	ETE	HIVER ET ETE
Les étudiants de l'Université				
1.0	l'étudiant à temps complet (1 sept. 87 - 31 août 88)			6\$
1.1	le compagnon de l'étudiant	58\$	51\$	99\$
1.2	la famille de l'étudiant	68\$	61\$	119\$
1.3	les enfants de l'étudiant (enfants de 17 ans ou moins)	10\$	10\$	20\$
2.0	l'étudiant à temps partiel	*	*	
2.1	le compagnon de l'étudiant	58\$	51\$	
2.2	la famille de l'étudiant	68\$	61\$	
2.3	les enfants de l'étudiant (enfants de 17 ans ou moins)	10\$	10\$	
9.0	tout autre étudiant	69\$	58\$	112\$
9.1	l'étudiant et son compagnon	127\$	109\$	211\$
9.2	l'étudiant et sa famille	137\$	119\$	231\$
9.3	l'étudiant et ses enfants (enfants de 17 ans ou moins)	79\$	68\$	132\$
Le personnel de l'Université * *				
3.0	l'employé régulier	69\$	58\$	112\$
3.0	l'employé régulier (du lundi au vendredi de 06:45 à 16:30)	45\$	40\$	85\$
3.1	l'employé et son compagnon	127\$	109\$	211\$
3.2	l'employé et sa famille	137\$	119\$	231\$
3.3	l'employé et ses enfants (enfants de 17 ans ou moins)	79\$	68\$	132\$
La population de la région				
4.0	la personne âgée de 18 ans ou plus	82\$	69\$	136\$
4.1	la personne âgée de 18 ans ou plus et son compagnon	140\$	120\$	235\$
4.2	la personne âgée de 18 ans ou plus et sa famille	150\$	130\$	255\$
4.3	la personne âgée de 18 ans ou plus et ses enfants (enfants de 17 ans ou moins)	92\$	79\$	156\$
5.0	la personne du troisième âge	69\$	58\$	112\$
5.1	la personne du troisième âge et son compagnon	127\$	109\$	211\$
6.0	la personne âgée de 15, 16 ou 17 ans	43\$	37\$	70\$
..	2 ^e enfant d'une même famille	38\$	32\$	60\$
..	3 ^e enfant d'une même famille	33\$	27\$	50\$
6.1	la personne âgée de 6 à 17 ans:			
..	fin de semaine, congés spéciaux et du 15 juin au 28 août 1988	33\$	33\$	58\$
..	2 ^e enfant d'une même famille	28\$	28\$	53\$
..	3 ^e enfant d'une même famille	23\$	23\$	48\$
• LES USAGERS OCCASIONNELS				
7.0	le stagiaire d'un club sportif reconnu	43\$	37\$	70\$
..	la personne âgée de 15 ans ou plus	4\$ * * *	4\$ * * *	
..	la personne âgée de 14 ans ou moins (à compter de 18:00 le vendredi)	2\$ * * *	2\$ * * *	

* Pour avoir accès au Centre sportif sur présentation du reçu des frais d'inscription, l'étudiant à temps partiel débourse la différence entre le montant qu'il paye pour l'accès aux services aux étudiants et le montant de 65\$ exigé des étudiants à temps complet pour ces mêmes services, plus 6\$.

** Possibilité de retenue à la source. *** Par séance.

LES FRAIS DE LOCATION DU MATÉRIEL DES PANIERS ET DES CASES

— matériel seulement	5\$	5\$	9\$
— matériel et panier régulier	7\$	7\$	10\$
— matériel et panier-raquette	9\$	9\$	16\$
— matériel et case	13\$	13\$	24\$

* Équipement: chaussettes, short, t-shirt, serviette, cadenas.

LES FRAIS DE REMPLACEMENT DES CARTES D'USAGERS

Les usagers réguliers ou les usagers occasionnels qui perdent leur carte déboursent 3 \$ pour en obtenir une nouvelle et 5 \$ s'il s'agit d'un second renouvellement.

LIVRETS DE BILLETS POUR ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES

- Activités: bain récréatif, jogging, conditionnement physique et si les plateaux sont disponibles les sports de raquette.
- Tarif: 15 ans ou plus: 18 \$ pour 6 billets — 36 \$ pour 12 billets.
- 14 ans ou moins: 6 \$ pour 6 billets — 12 \$ pour 12 billets.
- En vente au poste d'accueil du Centre sportif.

Les usagers

Conformément à ses fonctions, à ses orientations et à ses priorités, le Centre sportif compte sur différentes catégories d'usagers.

LE MEMBRE (titulaire de la carte **UNIVERSITÉ** ou de la carte d'étudiant de l'Université validée par le Centre Sportif).

Cette personne bénéficie alors de nombreux avantages (voir p. 2).

Pour les fins de tarification, le Centre sportif distingue parmi les membres:

LES ÉTUDIANTS DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

code 1.0 — l'étudiant à temps complet (étudiant inscrit à 12 crédits ou plus et qui acquitte 300\$ par trimestre, incluant 65\$ pour l'accès aux services aux étudiants);

— le compagnon de l'étudiant (tel que défini par l'Université);

— la famille* de l'étudiant.

code 2.0 — l'étudiant à temps partiel (étudiant inscrit à moins de 12 crédits et qui acquitte 25\$ par crédit, incluant 5\$ pour l'accès à certains services des étudiants).

Note: Pour avoir accès au Centre sportif, sur présentation du reçu, l'étudiant à temps partiel doit déboursier la différence entre le montant qu'il paye pour l'accès aux services des étudiants et le montant de 65\$ exigé des étudiants à temps complet pour ces mêmes services, plus 6\$.

— le compagnon de l'étudiant;

— la famille* de l'étudiant;

code 9.0 — tout autre étudiant qui ne paie pas pour l'accès aux services aux étudiants;

— le compagnon de l'étudiant;

— la famille* de l'étudiant;

LES MEMBRES DU PERSONNEL DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE:

code 3.0 — l'employé régulier de l'Université. (Aux fins des présentes, l'expression "employé régulier" désigne:

— toute personne à qui l'Université a confié un poste pour y accomplir au moins la moitié de la charge ou de la semaine de travail prévue normalement pour un tel poste, et tout substitut ou remplaçant de cette personne pour une durée d'au moins six mois consécutifs;

— toute personne qui, pour une durée prévue d'au moins douze mois consécutifs, reçoit un traitement ou salaire provenant des fonds d'une subvention ou d'un contrat de recherche dont la gestion est confiée à l'Université;

— le compagnon de l'employé régulier;

— la famille* de l'employé régulier;

LA POPULATION DE LA RÉGION:

code 4.0 — toute personne âgée de 18 ans ou plus;

— le compagnon de cette personne;

— la famille* de cette personne;

code 5.0 — une personne du troisième âge (telle que définie par l'Université);

— le compagnon de cette personne;

code 6.0 — une personne de 15, 16 ou 17 ans.

code 6.1 — une personne de 6 à 17 ans peut devenir un usager régulier (sans droit de réservation de plateaux) lors des périodes suivantes;

— fin de semaine;

— certains congés spéciaux;

— du 15 juin au 28 août.

* Dans tous les cas, le terme famille est interprété au sens suivant: un homme ou une femme vivant sous le même toit et ayant à charge un ou des enfants âgés de 17 ans ou moins. Cependant, les usagers de 5 ans ou moins doivent être accompagnés d'un adulte en tout temps.

L'USAGER OCCASIONNEL

Au Centre sportif, il existe différents types de personnes appelées usagers occasionnels.

• la personne faisant partie d'un club sportif de la région qui s'inscrit dans la politique des sports de développement ou dont l'activité requiert l'utilisation du Centre pour fins d'entraînement (code 7.0);

• la personne inscrite à un programme d'activités bien spécifique et qui paie uniquement pour cette activité (ex.: cours pré et postnatals, cours de golf, etc.);

• la personne payant un droit d'entrée à chaque fois qu'elle pénètre dans les installations sportives universitaires. La personne paie 4\$ (15 ans ou plus) ou 2\$ (14 ans ou moins);

Note: Les usagers occasionnels peuvent louer l'équipement à l'occasion de chaque visite.



**RÉSEAU
PATHONIC**

**Télé
Sherbrooke**