



ELANS
C É G E P G A R N E A U



FAIS PARTIE DE LA FAMILLE DES ÉLANS

450

ÉTUDIANTS-
ATHLÈTES

65

ENTRAÎNEURS

19

ÉQUIPES
SPORTIVES

10

DISCIPLINES

BADMINTON - BASKETBALL - CHEERLEADING - CROSS-COUNTRY - FOOTBALL - NATATION - RUGBY - SOCCER - TENNIS - VOLLEYBALL

ÉQUIPES

DIVISION 1

Badminton
Cross-country
Football
Soccer féminin
Soccer masculin
Volleyball féminin

DIVISION 2

Basketball féminin
Basketball masculin
Cheerleading
Natation
Soccer féminin
Soccer masculin
Volleyball féminin

DIVISION 3

Basketball féminin
Basketball masculin
Rugby féminin à 15
Rugby féminin à 7
Rugby masculin à 7
Tennis

CAMPS DE SÉLECTION

DIVISION 1

Camps sur invitation (pour information, communiquez avec l'entraîneur-chef)

DIVISIONS 2 ET 3

Camps ouverts à tous au début de la session d'automne

UNE TRADITION D'EXCELLENCE

26

TITRES
CANADIENS

94

TITRES
PROVINCIAUX

PLUS DE
175

TITRES
RÉGIONAUX



PREMIER AU QUÉBEC

Les Élans se distinguent sur la scène provinciale en étant le Cégep le plus titré au cours de chacune des huit dernières années.



TOP 10 AU CANADA

Le Cégep Garneau figure au prestigieux TOP 10 de l'Association canadienne du sport collégial (ACSC).

Depuis près de 50 ans, les Élans du Cégep Garneau laissent leurs marques sur la scène sportive grâce à la qualité de ses équipes évoluant au sein du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ).

L'ENCADREMENT SCOLAIRE, UNE MARQUE DE DISTINCTION

**POUR SOUTENIR TA RÉUSSITE SCOLAIRE EN TANT QU'ÉTUDIANT-ATHLÈTE
DES ÉLANS, TU AS ACCÈS À :**

- Un horaire de cours adapté à tes heures d'entraînement.
- Un suivi scolaire rigoureux où la détection des difficultés est une priorité :
 - Suivi des résultats d'examens en cours de session
 - Collaboration étroite avec tes professeurs
 - Encadrement personnalisé des étudiants en difficulté
 - Accès privilégié aux ressources du Cégep (aides pédagogiques individuels, services adaptés, etc.)

LE SUCCÈS SCOLAIRE, UNE FIERTÉ À GARNEAU

LE CÉGEP MET AUSSI À TA DISPOSITION :

- Bio-Aide (salle de travail des étudiants en biologie)
- L'Apostrophe, lieu de valorisation du français et de la littérature
- Centre d'aide en mathématiques
- Centre de ressources en langues (CREL)
- Centre d'aide en histoire, géographie, civilisations et archéologie
- Projets d'aide à la réussite dans plusieurs cours
- Salles de travail des étudiants en chimie et en physique
- Des tuteurs dans plus de vingt disciplines
- Des ateliers de soutien à la réussite (prise de notes, gestion du stress, etc.)
- Et plus encore !

**TAUX DE RÉUSSITE DES COURS DES
ÉTUDIANTS-ATHLÈTES DES ÉLANS**

Source : Service des sports

94 %

GAGNER C'EST AUSSI RÉUSSIR!



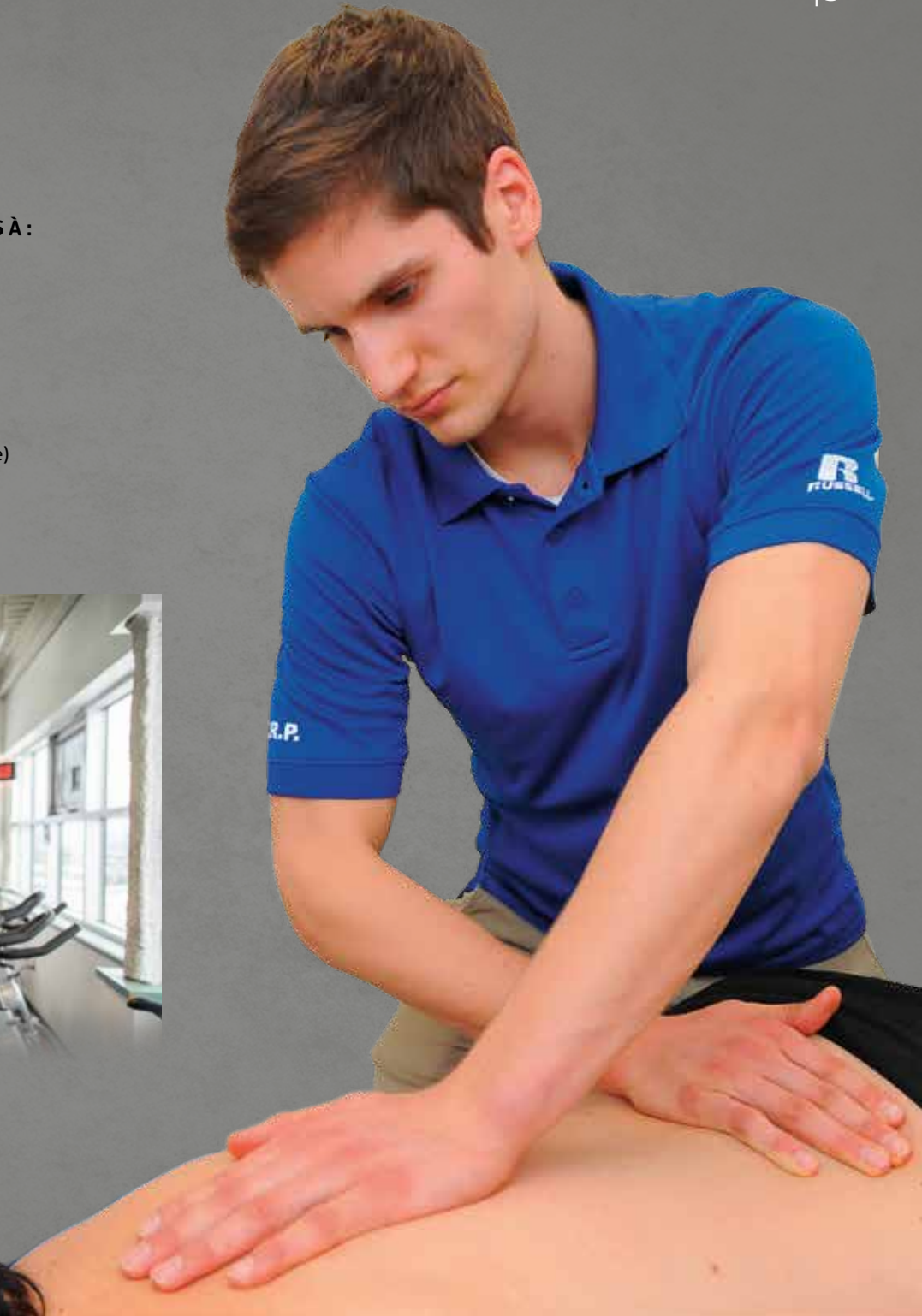
L'ENCADREMENT SPORTIF, UN GAGE DE RÉUSSITE

POUR AMÉLIORER TES PERFORMANCES SPORTIVES, TU AS ACCÈS À :

- Des entraîneurs compétents qui ont le potentiel de faire progresser les équipes jusqu'au sommet.
- Des spécialistes disponibles pour élaborer ton programme d'entraînement personnalisé.
- Des plateaux et équipements sportifs modernes.
- Une équipe de physiothérapeutes qui accompagnent les équipes de division 1 tout au long de leur saison.
- Une brigade de soigneurs (étudiants en Techniques de physiothérapie) qui offre des services lors des pratiques et des matchs à domicile.
- Une clinique de physiothérapie sur le campus qui offre des services privilégiés aux athlètes des Élans.



ACCÈS GRATUIT AUX SALLES D'ENTRAÎNEMENT



DES INSTALLATIONS SPORTIVES DE QUALITÉ

À L'ÉTÉ 2018, LE CENTRE SPORTIF A BÉNÉFICIÉ D'UN INVESTISSEMENT DE 9 MILLIONS POUR LA MISE À JOUR DE SES INSTALLATIONS.

Les étudiants-athlètes des Élans, tout comme l'ensemble de la communauté collégiale, bénéficient ainsi d'un environnement de qualité et d'installations modernes.

- Gymnase double avec gradins
- Dojo
- Salle de danse
- Piscine
- Salles d'entraînement
- Classe polyvalente
- Vestiaires d'équipe
- Stade extérieur avec surface synthétique



> Piscine



> Gymnase

STADE EXTÉRIEUR

LE CÉGEP GARNEAU DISPOSE D'UN STADE EXTÉRIEUR POURVU D'UNE SURFACE SYNTHÉTIQUE ET DE GRADINS POUVANT ACCUEILLIR 2 000 SPECTATEURS.



› Vue aérienne du stade

AVEC UN ÉQUIPEMENT TECHNOLOGIQUE DE POINTE AUTANT AU CENTRE SPORTIF QU'AU STADE EXTÉRIEUR, LE CÉGEP PEUT PRÉSENTER DES ÉVÉNEMENTS SPORTIFS DE GRANDE ENVERGURE.



FOOTBALL

DIVISION 1

VÉRITABLE PÉPINIÈRE
DE JOUEURS POUR LES
ÉQUIPES UNIVERSITAIRES

NOS PERFORMANCES



2

TITRES DU
BOL D'OR
DIVISION 1

1

TITRE DU
BOL D'OR
DIVISION 2

NOS ENTRAÎNEMENTS



En saison

- 4 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- 1 entraînement complémentaire par semaine (piscine, dojo, gymnase)



Hors saison

- Entraînements musculaires en salle
- Entraînements de course en gymnase pour le développement de la vitesse

LES ÉTUDIANTS-ATHLÈTES BÉNÉFICIENT DE PÉRIODES D'ÉTUDES SUPERVISÉES. ILS PEUVENT AUSSI COMPTER SUR UNE ÉQUIPE EXPÉRIMENTÉE D'ENTRAÎNEURS, DE PHYSIOTHÉRAPEUTES ET DE RESPONSABLES D'ÉQUIPEMENT.

DE NOMBREUX ATHLÈTES DES ÉLANS ONT ATTEINT LA LIGUE CANADIENNE DE FOOTBALL (LCF)

DOMINIC PICARD | ENTRAÎNEUR-CHEF



- Baccalauréat en intervention sportive
- Athlète de la LCF (plus de 10 saisons - Champion Coupe Grey 2013)
- Ancien athlète du Rouge et Or (Champion Coupe Vanier 2003 et 2004)
- Entraîneur de football depuis 6 ans



VOLLEYBALL

F É M I N I N

DIVISION 1

ÉQUIPE LA PLUS MÉDAILLÉE
AU CANADA EN VOLLEYBALL
COLLÉGIAL FÉMININ

NOS PERFORMANCES

9

CHAMPIONNATS
CANADIENS

6

MÉDAILLES
D'ARGENT
CANADIENNES

3

MÉDAILLES
DE BRONZE
CANADIENNES

17

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 4 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle

L'équipe effectue un camp d'entraînement à l'extérieur du pays aux deux ans et affronte régulièrement des équipes universitaires.

DE NOMBREUSES ATHLÈTES DES ÉLANS ONT REJOINT DES ÉQUIPES UNIVERSITAIRES, PROFESSIONNELLES EUROPÉENNES, DE MÊME QUE L'ÉQUIPE NATIONALE.

IAN POULIN BEAULIEU | ENTRAÎNEUR-CHEF DEPUIS 2018



- Baccalauréat en intervention sportive
- Maîtrise en psychopédagogie
- Certifié niveau 3 PNCE en volleyball
- Chargé de cours à l'Université Laval
- Entraîneur de volleyball depuis 14 ans

VOLLEYBALL FÉMININ

DIVISION 2



DÉTENTEUR DE HUIT CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX CONSÉCUTIFS

NOS PERFORMANCES

16

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

9

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle

LE DÉVELOPPEMENT DU VOLLEYBALL, UNE PRIORITÉ

En plus du secteur collégial, le Cégep Garneau contribue au développement du volleyball en chapeautant le volet élite féminin du Club Essor de Québec.

SOCCER

FÉMININ

DIVISION 1

ÉQUIPE LA PLUS TITRÉE
AU CANADA EN SOCCER
COLLÉGIAL FÉMININ

NOS PERFORMANCES

10

CHAMPIONNATS
CANADIENS

4

MÉDAILLES
D'ARGENT
CANADIENNES

1

MÉDAILLE
DE BRONZE
CANADIENNE

16

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 3 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- Entraînements complémentaires en salle

L'équipe effectue un camp d'entraînement à l'extérieur du pays aux deux ans et affronte régulièrement des équipes universitaires.

VINCENT COURNOYER | ENTRAÎNEUR-CHEF DEPUIS 2017



- Baccalauréat en enseignement de l'éducation physique et à la santé
- Détenteur de la Licence B national
- Ancien athlète du Rouge et Or
- Joueur professionnel en Belgique (1^{re} division) pendant 1 an
- Membre de l'équipe de l'Impact de Montréal pendant 2 ans
- Enseignant responsable de la concentration soccer et coordonnateur des concentrations sportives pour deux écoles de Québec
- Entraîneur en soccer depuis 15 ans

SOCCKER

FÉMININ

DIVISION 2



NOS PERFORMANCES

8**CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX****3****CHAMPIONNATS
NORD-EST**

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- Entraînements complémentaires en salle



SOCCER

MASCULIN

DIVISION 1

SEPT PARTICIPATIONS
AUX CHAMPIONNATS
CANADIENS

NOS PERFORMANCES

1

MÉDAILLE
D'ARGENT
CANADIENNE

3

MÉDAILLES
DE BRONZE
CANADIENNES

6

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 3 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- Entraînements complémentaires en salle

CHARLES HARVEY | ENTRAÎNEUR-CHEF DEPUIS 2006



- Études en intervention sportive
- Ancien athlète des Élans
- Responsable des sports et de la concentration soccer d'une école secondaire
- Entraîneur en soccer depuis 21 ans

SOCCER

MASCULIN

DIVISION 2



NOS PERFORMANCES

4

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

5

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- Entraînements complémentaires en salle



BASKETBALL

FÉMININ DIVISIONS 2 ET 3

NOS PERFORMANCES

4

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX
DIVISION 2

5

CHAMPIONNATS
NORD-EST
DIVISION 2

9

CHAMPIONNATS
NORD-EST
DIVISION 3

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 à 3 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle



BASKETBALL

MASCULIN DIVISIONS 2 ET 3

NOS PERFORMANCES

1

CHAMPIONNAT
NORD-EST
DIVISION 2

3

CHAMPIONNATS
NORD-EST
DIVISION 3

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 à 3 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle



RUGBY

FÉMININ À 7 ET À 15

RUGBY

MASCULIN À 7

NOS PERFORMANCES

9

CHAMPIONNATS
NORD-EST À 15

3

CHAMPIONNATS
NORD-EST À 7

8

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine sur le terrain synthétique
- Entraînements complémentaires en salle



CROSS-COUNTRY



NOS PERFORMANCES

1

MÉDAILLE D'OR
CANADIENNE

5

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

11

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine
- Entraînements complémentaires en salle



BADMINTON

NOS PERFORMANCES



6

MÉDAILLES D'OR
CANADIENNES

1

CHAMPIONNAT
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle



CHEERLEADING

NOS PERFORMANCES

1

CHAMPIONNAT
PROVINCIAL

3

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine en gymnase
- Entraînements complémentaires en salle



NATATION

SEUL PROGRAMME DE NATATION
COLLÉGIAL DE LA RÉGION DE QUÉBEC

NOS PERFORMANCES

8

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

17

CHAMPIONNATS
NORD-EST

NOS ENTRAÎNEMENTS

- Possibilité de 5 entraînements par semaine en piscine
- Entraînements complémentaires en salle



TENNIS

SUPERVISÉ PAR L'ACADÉMIE
DE TENNIS HÉRISSET BORDELEAU

NOS PERFORMANCES

2

CHAMPIONNATS
PROVINCIAUX

NOS ENTRAÎNEMENTS

- 2 entraînements par semaine sur les terrains extérieurs du PEPS ou au Club Avantage
- Entraînements complémentaires en salle





CÉGEP
GARNEAU

Le Cégep remercie toutes les personnes ayant accepté de figurer dans ce document.

Note : L'utilisation du masculin pour désigner les personnes a comme seul but d'alléger le texte et identifie sans discrimination les hommes et les femmes.

Production : Direction du développement institutionnel et des communications, 2019

Photographies : Jimmy Pearson

Photographies complémentaires : Steve Roy et Gabriel Marceau

Centre sportif

635, avenue Baillairgé
Québec (Québec) G1S 4S3
418 688-8310, poste 2324

elans@cegepgarneau.ca

gogarneau.ca