


Liste de contact - Conditionnement Physique				
	HORAIRE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE DE LA GARNISON		Gestionnaire du conditionnement physique et des sports	x271-8731
			Coordonnateur de conditionnement physique	x271-8737
			Bureau conditionnement physique	x271-8747

### mai 2026

Jour	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<b>Semaine 1</b>	<b>4-mai</b>	<b>5-mai</b>	<b>6-mai</b>	<b>7-mai</b>	<b>8-mai</b>
Conditionnement Physique de la Garnison 0730-0815	La musculation HMS	Le conditionnement HMS	La musculation HMS	Le conditionnement HMS	Préparation FORCE
	**FORCEFit Coin cardio	**FORCEFit Coin du combattant	**FORCEFit Coin cardio	**FORCEFit Coin du combattant	
<b>Semaine 2</b>	<b>11-mai</b>	<b>12-mai</b>	<b>13-mai</b>	<b>14-mai</b>	<b>15-mai</b>
Conditionnement Physique de la Garnison 0730-0815	La musculation ~salle de musculation	Le conditionnement ~salle cardio	La musculation ~salle de musculation	Le conditionnement ~salle cardio	cérémonie de remise des diplômes du CMR
	**FORCEFit ~salle cardio	**FORCEFit ~salle de musculation	**FORCEFit ~salle cardio	**FORCEFit ~salle de musculation	
<b>Semaine 3</b>	<b>18-mai</b>	<b>19-mai</b>	<b>20-mai</b>	<b>21-mai</b>	<b>22-mai</b>
Conditionnement Physique de la Garnison 0730-0815	fête de la Victoria	Le conditionnement ~salle de musculation	La musculation ~salle de musculation	Le conditionnement HMS	Préparation FORCE
		**FORCEFit ~salle de musculation	**FORCEFit ~salle de musculation	**FORCEFit Coin du combattant	
<b>Semaine 4</b>	<b>25-mai</b>	<b>26-mai</b>	<b>27-mai</b>	<b>28-mai</b>	<b>29-mai</b>
Conditionnement Physique de la Garnison 0730-0815	La musculation HMS	Le conditionnement HMS	La musculation HMS	Le conditionnement HMS	Préparation FORCE
	**FORCEFit Coin cardio	**FORCEFit Coin du combattant	**FORCEFit Coin cardio	**FORCEFit Coin du combattant	

\*\*FORCEFit - Inscription obligatoire. Veuillez contacter Lindsay Clark pour plus d'information: [clark.lindsay@cfmws.com](mailto:clark.lindsay@cfmws.com)

\* La séance de préparation FORCE du vendredi matin est ouverte à tous les militaires souhaitant pratiquer les 4 composantes.

\* Pour toute demande de PT d'unité dirigée par le PSP, veuillez communiquer avec Kris Klith ([klith.kristofer@cfmws.com](mailto:klith.kristofer@cfmws.com)) pour connaître les disponibilités.

~VEUILLEZ NOTER QUE LE MAISON DE TERRAIN NE SERA PAS DISPONIBLE À CES DATES EN RAISON DE LA CONVOCATION DU CMR