



**Garde le rythme  
avec le Dragon !**



**Club de Hockey Amateur de Rouen**

sj - 2010

**STAGE de Hockey sur Glace  
Du 25 au 29 octobre 2010**

**Joueurs nés entre  
2002 & 2005**

**Patinoire Ile Lacroix - Rouen**



**Du 25 au 29 octobre 2010, profite de tes vacances pour garder le rythme avec le Dragon pour ce stage de hockey !**



**Une équipe professionnelle et motivée ! Un programme complet !**  
1h15 de glace par après-midi, Conditionnement physique, Approche individuelle, Règle de base d'hygiène du sportif, Accent sur les relations à autrui, Esprit d'équipe & fair-play, Fiche d'évaluation individuelle, Entretien avec l'entraîneur.

**Stage ouvert aux joueurs nés entre 2002 et 2005**



**Une journée bien remplie !**

**Matin :**  
vidéo, hors-glace, théorie, déjeuner  
**Après-midi :** glace (1h15)  
hors glace, gouter, piscine

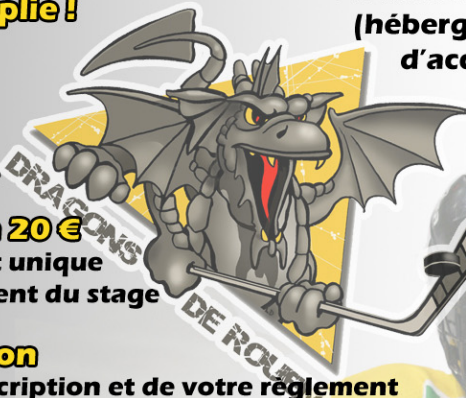
**Assurance annulation 20 €**

Souscription libre, seule et unique condition de remboursement du stage

**Formulaire d'inscription**

Dès réception de votre inscription et de votre règlement par chèque à l'ordre du CHAR, un mail de confirmation vous sera adressé.

**Tarif :**  
**Sans hébergement : 155 €**  
**Avec hébergement : 285 €**  
(hébergement en famille d'accueil uniquement pour les joueurs hors club nés entre 2002 et 2005)



**Renseignements & inscription**

sj -2010

**Nom :** \_\_\_\_\_ **Date de naissance :** \_\_\_\_\_  
**Prénom :** \_\_\_\_\_ **Club :** \_\_\_\_\_  
**Téléphone fixe :** \_\_\_\_\_ **Téléphone mobile :** \_\_\_\_\_  
**Adresse complète :** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
**Email :** \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_  
**Hébergement en famille d'accueil (uniquement) : OUI / NON**

**Position : Joueur / gardien de but** **Assurance : OUI / NON**