



**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 : _____

Prénom : _____

Téléphone fixe : _____

Adresse complète : _____

Email : _____ @ _____

Hébergement en famille d'accueil (uniquement) : OUI / NON

Position : Joueur / gardien de but

Date de naissance : _____

Club : _____

Téléphone mobile : _____

Assurance : OUI / NON