

A

Hors glace plus

Du 29 mai au 21 juillet 2017
De 18h30 à 20h00
Hors glace : lundi au vendredi

Plus : entraînements sur glace,
Les 28 juin, 5, 10, 12, 17 et 19 juillet
De 20h à 22h00
Présence requise à 19h00 lors des journées avec
entraînement sur glace

Clientèle visée

Pour les patineurs de niveaux Liliane-Lambert,
Interrégional, Provincial et Élite

Frais d'inscription

\$350 (résident de Mtl), \$400 (non-résident de
Mtl) pour les 8 semaines, sinon \$50 par semaine
(résident de Mtl), \$60 par semaine (non-résident
de Mtl) pour inscription à la semaine

B

Camp sur glace

Bloc 1

24 juillet au 28 juillet 2017
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 12h00
1h30 sur glace, avec hors glace après

Bloc 2

31 juillet au 4 août 2017
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 12h00
1h30 sur glace, avec hors glace après

Bloc 3

7 au 11 août 2017
Du lundi au vendredi, de 8h00 à 12h00
1h30 sur glace, avec hors glace après

Groupes ajustés selon le nombre de participants

Clientèle visée

Pour les patineurs de niveaux Liliane-Lambert,
Interrégional, Provincial et Élite*
Toutes les sessions incluent du hors glace en surplus
des heures de glace indiquées
* Des modifications de niveaux et d'heures
pourraient être effectuées en fonction du nombre
d'inscriptions par catégorie

Frais d'inscription

Résidents de Montréal : \$130/ par bloc
Non-résidents de Montréal : \$150/ par bloc

C

Camp de perfectionnement

Du 14 au 18 août 2017
De 8h00 à 16h00

HORAIRE

ENTRAÎNEMENT SPÉCIFIQUES

GLACE : 2 heures par jour (du lundi au vendredi)

HORS GLACE : Imitations, câbles, étirements/
souplesse, stabilisation et proprioception,
abdominaux, beaucoup plus!

ENTRAÎNEMENTS THÉMATIQUES

Analyse vidéo

Préparation mentale

Nutrition sportive

Yoga & pilates

Atelier sur l'équipement (berceau/bananes)

Conférences diverses

Standard minimum pour s'inscrire

400m Régional/Interrégional: 54,50 secondes et moins
500m Élite/Provincial : 55,00 secondes et moins

Frais d'inscription

\$350 / semaine

COLLATIONS &
REPAS DU MIDI
INCLUS!

D

Hors glace plus

28 août au 1er septembre 2017
Du lundi au vendredi, de 18h30 à 20h00

Plus : entraînements sur glace,
Les 28 et 30 août
de 18h00 à 20h00

Frais d'inscription

\$50 (résident de Mtl), \$60 (non-résident de Mtl)
pour inscription à la semaine





Club de patinage de vitesse de Pointe-aux-Trembles

Formulaire d'inscription CPVPAT - Camp été 2017

Nom du patineur : _____ Prénom du patineur: _____

Date de naissance : Jour Mois Année _____

Catégorie en 2016-2017 :

- Benjamin Cadet Juvénile Junior Intermédiaire
 Liliane-Lambert Interrégional Provincial Élite

Club d'appartenance 2016-2017 : _____

Temps 500m (utiliser le format 0:00,00): _____

(Le classement des groupes s'effectuera par les temps de la FPVQ). Si vous n'avez pas de temps sur cette distance, inscrire 0)

Temps au 400m (utiliser le format 0:00,00) : _____

(Le classement des groupes s'effectuera par les temps de la FPVQ). Si vous n'avez pas de temps sur cette distance, inscrire 0)

A Camp hors glace plus

(50\$ par semaine résident de Montréal / 60\$ par semaine non-résident de Montréal)

(350\$ pour les 8 semaines, résident de Montréal / 400\$ pour les 8 semaines, non-résident de Montréal)

- Semaine du 29 mai au 2 juin Semaine du 26 juin au 29 juin
 Semaine du 5 juin au 9 juin Semaine du 3 au 7 juillet
 Semaine du 12 au 16 juin Semaine 10 au 14 juillet
 Semaine du 20 au 22 juin Semaine 17 au 21 juillet
 Toutes les 8 semaines 29 mai au 21 juillet incl.

B Camp sur glace

(130\$ par bloc pour les résidents de Montréal / 150\$ par bloc pour les non-résidents de Montréal)

- Bloc 1 - semaine du 24 au 28 juillet Bloc 2 - semaine 31 juillet au 4 août
 Bloc 3 - semaine du 7 au 11 août Blocs 1, 2 et 3 (390\$ / résidents de Montréal
 450\$ / non résidents de Montréal)

C Camp de perfectionnement

(350\$ / semaine – collations et repas du midi inclus)

- Semaine du 14 au 18 août

D Camp hors glace et sur glace

(50\$ par semaine résident de Montréal / 60\$ par semaine non-résident de Montréal)

- Semaine du 28 août au 1er septembre

A _____ + **B** _____ + **C** _____ + **D** _____ = _____

(un rabais de 150\$ sera accordé si l'enfant participe à tous les blocs d'entraînements A,B (bloc 1 à 3), C et D)

(svp écrire en lettre moulée)

Adresse : _____

Ville : _____ Province : _____

Code postal : _____

Nom/prénom de la mère : _____ Nom/prénom du père : _____

Numéro de téléphone : _____

Numéro de téléphone en cas d'urgence (lors du camp) : _____

Numéro d'assurance maladie : _____ Date d'expiration _____

Indiquer les allergies / problème de santé : _____

Adresse courriel : _____

Les inscriptions seront considérées comme complétées à la réception du dépôt de 200 \$ acheminé à :
CPVPAT a/s Chantal Létourneau, 1425 Victor E. Beaupré, Montréal (Québec) H1A 5E2

Libellez le chèque à l'ordre de: CPVPAT

Pour toutes questions: cletourneau1972@gmail.com

Politiques d'annulation

100% si annulation une semaine avant le début

50% 48hrs avant le début (vendredi 23h59)

0% à partir du samedi (0h01)