



# CAMP ESTIVAL DE HOCKEY



## GROUPES

- 1 5<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup> année du primaire et 1<sup>ère</sup> secondaire
- 2 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> secondaire
- 3 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> secondaire

## PROGRAMMATION

- 2 entraînements sur la glace et 1 entraînement hors glace par jour
- Exercices de patinage, tirs au but, passes, maniement du bâton, contrôle de la rondelle et prise de décision
- Circuit d'agilité, exercices cardiovasculaires et conditionnement physique adapté au hockey

### 2 FORFAITS

2 jours : 275 \$ ou  
4 jours : 400 \$

### HEURES

Lundi au mercredi  
de 8h à 17h  
Jeudi de 16h à 20h

### DATES

24 au 27 août 2020

### LIEU

Aréna du collège  
Bourget

**CLIQUEZ ICI POUR ACCÉDER AU FORMULAIRE D'INSCRIPTION**

### INFORMATIONS

Daniel Portelance  
daniel.portelance@collegebourget.qc.ca

