

HORAIRE SAISON 2017-2018



VENDREDI

1ère session : du 15 septembre au 17 novembre 2017

17h15 à 18h15	Hockey : MAHG 1 et 2 Ringuette : MOUSTIQUE 1ère année VEN-05-A - session d'automne 60 minutes
10 min.	Battement entre les 2 cours
18h25 à 19h25	Hockey : MAHG 3 Ringuette : MOUSTIQUE 2e année VEN-06-A - session d'automne 60 minutes
5 min.	Zamboni à 19h25
19h30 à 20h30	Hockey : MAHG 4 Ringuette : NOVICE VEN-07-A - session d'automne 60 minutes

2e session : du 8 décembre 2017 au 23 février 2018 (relâche le 29 décembre et 19 janvier)

17h15 à 18h15	Hockey : MAHG 1 et 2 Ringuette : MOUSTIQUE 1ère année VEN-05-H - session d'hiver 60 minutes
10 min.	Battement entre les 2 cours
18h25 à 19h25	Hockey : MAHG 3 Ringuette : MOUSTIQUE 2e année VEN-06-H - session d'hiver 60 minutes
5 min.	Zamboni à 19h15
19h30 à 20h30	Hockey : MAHG 4 Ringuette : NOVICE VEN-07-H - session d'hiver 60 minutes

TARIFICATION

75 \$	Frais d'inscription pour la saison 2017-2018 (du 1er septembre 2017 au 31 août 2018)
IL N'Y A PAS DE FRAIS DE NON-RÉSIDENT POUR LE POWER-SKATING SEULEMENT	
125 \$	Session d'automne Durée 10 semaines
125 \$	Session d'hiver Durée 10 semaines



PATINAGE INTENSIF PLUS

Description du programme

Le programme Patinage intensif Plus est un programme d'enseignement du patinage intensif dynamique et de haute intensité, conçu à l'intention des joueurs de hockey et de ringuette, qui met l'accent sur l'enseignement de l'équilibre, de la puissance, de l'agilité, de la vitesse et de l'endurance. Les habiletés, les techniques et les exercices de conditionnement sont enseignés d'une manière progressive qui met l'accent sur une bonne exécution mécanique ainsi que l'application des habiletés aux situations de jeu. Patinage intensif Plus est une alternative au patinage artistique et représente le complément idéal pour les athlètes qui font partie d'une équipe de hockey ou de ringuette. Son programme unique de récompense des habiletés encourage et motive les patineurs à continuer à avoir du succès.