



HCCP LES JOKERS

SPECIFIQUES GARDIENS

Enfants né(e)s en de 2010 à 2000

THEMATIQUES ABORDEES

Sur la glace:

- Positionnement du gardien de but.
- Développement et perfectionnement des techniques de déplacement du gardien de but.
- Développement et perfectionnement des techniques d'arrêt.
- Lecture du jeu.

Hors glace:

- Développement de la coordination motrice.
- Préparation mentale.
- Correctif vidéo.

Vie en collectivité:

- Respect des règles de vie de groupe et esprit d'équipe.
- Respect des locaux, entretien du matériel et rangement du vestiaire.

JOURNEE TYPE

- Accueil à partir de 7h30
- Entraînement sur glace
- Entraînement hors glace « séance spécifique hockey »
- Repas
- Séance vidéo
- Entraînement sur glace
- Collation
- Entraînement hors glace « Développement des qualités physiques »
- Fin des activités vers 18h30

ENCADREMENT

Lino CHIMIANTI - Gardiens de but professionnel et Entraîneur gardiens du HCCP.

Pavol MIHALIK - Entraîneur Hockey Mineur au HCCP - D.E.

Benoit CALVET - Entraîneur Hockey Mineur au HCCP - D.E.

Jonathan PAREDES - Directeur Technique HCCP - Entraîneur D1 - D.E.S.

Alexis DICHARRY - Entraîneur Hockey Mineur au HCCP - D.E.

Kevin ARRAULT - Entraîneur Hockey Mineur au HCCP - C.Q.P.

Romain FROMAGER - Préparateur Physique au HCCP

TARIFS ET INSCRIPTIONS

Tarifs:

- 350 EUROS la semaine en demi-pension
- Payable par chèque à l'ordre du HCCP

Inscriptions:

- Remplir le fiche inscription
- Remplir la fiche sanitaire
- Envoyer les documents **par mail** à Monsieur Romain FROMAGER (romain.fromager@gmail.com)
- Paiement par chèque* ou espèces:
 - Directement à Romain FROMAGER
 - Par voie postale au 33 avenue de la Plaine des Sports, 95800 CERGY-PONTOISE

Une confirmation d'inscription sera envoyée par mail après réception des documents et du paiement.

**Chèque encaissé à la fin du stage*

- Annulation : Remboursement possible sur présentation d'un certificat médical

Attention : Nombre de places limités à 24 gardiens de but réparti en 2 groupes.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Equipement requis:
 - Equipement de hockey complet (maillot d'entraînement prêté pendant le stage)
 - Prévoir 2 crosses pour les entraînements glace et hors glace « spécifique hockey »
 - Tenue de hors glace (chaussure de sport type running, short, t-shirt)
 - Gourde
 - Sac de douche (Douche obligatoire)
- Tous les équipements seront entreposés dans les vestiaires du HCCP.
- Repas du midi et une collation par jour sont compris dans le forfait demi-pension.