



STAGE HCCP LES JOKERS

U9 U11 - DU 29.04.2019 AU 03.05.2019

Enfants né(e)s en 2011/2010/2009 et 2008

THEMATIQUES ABORDEES

Sur la glace :

- Développement des techniques de patinage sans et avec le palet.
- Tactiques individuelles à l'offensive.
- Tactiques individuelles à la défensive.
- Temps spécifiques gardiens de but à chaque séance du matin.

Hors glace :

Développement des qualités physiques :

- Coordination et Agilité
- Equilibre
- Vitesse

Séance spécifique hockey :

- Power shooting
- Dryland « maniement »
- Spécifique gardien de but

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
- Entraînement hors glace « séance spécifique hockey »
- Entraînement sur glace
- Collation
- Entraînement hors glace « Développement des qualités physiques »
- Fin des activités vers 18h30

ENCADREMENT

Pavol MIHALIK - Entraîneur Hockey Mineur au HCCP - DE

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:

- 200 EUROS la semaine en demi-pension
- Payable par chèque à l'ordre du HCCP
- 10 % de réduction sur l'inscription du 2^{ème} enfant d'une même famille
- 20% de réduction sur l'inscription du 3^{ème} enfant d'une même famille
- 25 % de réduction sur l'inscription pour les joueurs inscrit à l'académie du HCCP pour la saison 2018/2019

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 30 joueurs et 6 gardiens de but.

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.