



**LES CITADELLES
DE ROUYN-NORANDA :
C'EST L'ÉCOLE DE LA VIE !**

DESIGN : EQUIPELEBLEU.COM



Coût/Cost

Été 2019 summer

**Programme développement /
Regular camp**

1 semaine / 1 week	350 \$
2 semaines / 2 weeks	700 \$
6-14 ans / 6-14 years old	

Administration

Garry Parke, coordonnateur
819 763-1735
cits21@hotmail.com

Yvan Dallaire, coordonnateur
819 762-8920
yvandallaire@hotmail.com



**INTENSIFIEZ VOS
HABILITÉS**

IMPROVE YOUR SKILLS

**PROGRAMME DE
DÉVELOPPEMENT
REGULAR CAMP**

Du 8 au 12 juillet 2019 et
du 15 au 19 juillet 2019

From July 8th to July 12th, 2019 &
From July 15th to July 19th, 2019

De 6 à 14 ans / 6-14 years old
2 semaines / 2 weeks

Aréna Iamgold
218, av. Murdoch,
Rouyn-Noranda (Québec)
J9X 5C3



Objectif

Pourvoir la région de Rouyn-Noranda d'une école de hockey renommée pour sa qualité d'enseignement de très haut calibre, tant en français qu'en anglais.

Méthode d'entraînement

- Habiletés techniques et tactiques.
- Le temps hors patinoire sera employé à améliorer l'état physique des participants(tes).
- Exercices spécifiques pour les défenseurs et les attaquants.
- À noter que les participants(tes) seront divisés(es) en groupes selon leur âge, grandeur et habileté. Ceux et celles qui désirent être groupés(es) entre copains (copines) devront l'indiquer sur leur formulaire de demande.
- Encadrement avec des entraîneurs de la structure intégrée Bantam AAA et Midget Espoir.

Programme développement (6-14 ans)

- 3 heures de pratique par jour
- Entraînement hors glace amélioré
- Dîner chaud et collation incluse

8 au 12 juillet 2019
15 au 19 juillet 2019

Installations sportives complémentaires

- Gymnase
- Soccer
- Autres



Objective

To provide the Rouyn-Noranda region with a hockey school renowned for its top-caliber instruction in French and English.

Training Program

- Technical and tactical skills.
- The off-ice time is designed to improve general physical fitness.
- Specific training for defensemen and forwards.
- Boys and girls will be divided into groups according to their age, size and ability. Friends who wish to be in the same group should state so on application form.
- Training with coaches from the Bantam AAA and Midget Espoir structure.

Regular camp (6-14 years old)

- 3 hours of ice time every day
- Improved off-ice training
- Hot meals included

July 8th to July 12th, 2019
July 15th to July 19th, 2019

Extra sports activities

- Gymnasium
- Soccer
- Others

Formulaire de demande / Application form

Académie de hockey des Citadelles de Rouyn-Noranda
222, av. Dallaire, C.P. 728, Rouyn-Noranda QC J9X 5C7
Tél. : 819 762-8920 ou 819 763-1735

Nom/Name _____

Adresse/Address _____

Ville/City _____ Prov. _____

Code postal / Postal code _____

Téléphone _____

Jour/Day _____ Soir/Night _____

Adresse courriel / E-mail address _____

Date de naissance / Birthdate _____ Âge/Age _____

Allergies _____

Position jouée / Position played _____

Catégorie/Category 2018-2019

MAHG NOV AT PW

Niveau/Level

Maison / House ligue B Dével A Élite / All star

Je désire être groupé avec / I wish to be in the same group as _____

Je désire assister à l'Académie durant durant la période :

Dimanche le _____ au vendredi le _____

I wish to attend the hockey school during the period of :

From Sunday the _____ to Friday the _____

Ci-inclus vous trouverez _____ \$ qui représente 50 % ou plus du solde total. Le restant doit être payé au moyen d'un chèque postdaté du 1^{er} juillet 2019. Les chèques devront être faits au nom de l'Académie de Hockey Les Citadelles de Rouyn-Noranda. La/le candidat reconnaît que l'Académie de Hockey Les Citadelles de Rouyn-Noranda et/ou ses propriétaires ne sont pas tenus responsables d'accidents ou pertes survenues de quelque façon et libère les propriétaires de toute réclamations ou dommage résultant en rapport avec de tels accidents ou pertes.

Signature : _____

Parent/tuteur

Please find enclosed \$ _____ which is 50 % or more of the total fee. The balance must be paid with a postdated cheque for July 1st, 2019. Cheques should be made payable to the Académie de Hockey Les Citadelles de Rouyn-Noranda. The applicant agrees that the Académie de Hockey Les Citadelles de Rouyn-Noranda and/or its owners will not be held responsible for any accidents or loss however caused and agrees to release the owners from all claims or damages which may arise as a result of or by any reason of such accident or loss.

Signature : _____

Parent or tutor

Inscription / Registration

Faire parvenir le formulaire avant le 30 juin 2019 / Send your application form before June 30th 2019