

Camp D'entraînement 2009

Pour Joueuses Elite de Ringuette

- Revenez sur vos patins avant les camps de sélection.
- Établissez votre résistance cardio avec les exercices de forte intensité.
- Devenez encore confortable avec l'anneau.
- Apprenez les nouvelles techniques qui vous aideront pendant les camps de sélection.
- Les gardiens de but recevront l'instruction spécifique à toutes les sessions.

17 à 21 août
14 hres à 16 hres
Aréna de Pointe-Claire

La formation à plein temps coûte \$125. Les joueuses peuvent également s'inscrire à temps partiel et choisir les jours qu'elles sont disponibles pour \$30 par jour. Les joueuses doivent s'enregistrer à l'avance car il y a seulement 30 endroits à temps plein disponibles.

Pour s'enregistrer, remplir la formulaire et envoyez-le avant le 15 juillet avec votre chèque à «Excellence Ringuette» :

264 Fairway Drive,
Beaconsfield, Que
H9W 2L1

Cette programme est présentée par

EXCELLENCE
R I N G U E T T E 

Nom: _____

Adresse: _____

tel.: _____

Email: _____

Position: _____

Essai pour quel niveau : Benjamine A

Junior A Junior AA

Cadette A Cadette AA

Inscription: à temps plein \$125

à temps partiel (indiquer les journées)

17 août 18 août 19 août 20 août 21 août

_____ jours X \$30 par jour = \$ _____