

La 7^e édition de l'École de « Power Skating » du Club de patinage de vitesse Chaudière-Ouest en quelques lignes...

- Développement de la technique de patinage : droit, virage, pivot, départ, arrêt, changement de direction
- Maximisation de l'effort : poussées plus efficaces, glisses adéquates
- Accroissement de la vitesse d'exécution : exercices de coordination, jeux d'adresse
- Et plusieurs trucs simples à se souvenir durant la saison hivernale !

Lieu des cours

Aréna Bruno-Verret
981 Route Lagueux
St-Étienne

Horaire des cours

Semaines du 11 et du 18 août
2008, du lundi au vendredi

1^{ère} semaine (11 au 15 août 2008)

1^{er} groupe : de 18h à 18h50
2^e groupe : de 19h à 19h50
3^e groupe : de 20h à 20h50

2^e semaine (18 au 22 août 2008)

1^{er} groupe : de 18h à 18h50
2^e groupe : de 19h à 19h50
3^e groupe : de 20h à 20h50

Coûts

Trois options vous sont offertes :

- Les 2 semaines : 100,00 \$
- 1^{ère} semaine : 60,00 \$
- 2^e semaine : 60,00 \$

Groupes

Il est à noter que les groupes seront divisés selon l'âge.

Autres renseignements

Les pièces d'équipement suivantes sont obligatoires : patins, casque, protège-cou, gants, bâton. Toutefois, la plupart des participants portent l'équipement au complet.

Comment s'inscrire ?

- Compléter le formulaire ci-inclus et le poster avec votre paiement à :
CPV Chaudière-Ouest
C.P. 925
Saint-Étienne-de-Lauzon,
(Québec) G6J 1S2

- Pas de date limite,
premier (1^{er}) arrivé,
premier (1^{er}) servi !

- Information :

www.cpvchaudo.com
ou
(418) 932-7608

LES JEUX OLYMPIQUES DE TURIN 2006



BRAVO KALYNA !



École de « Power Skating » (6^e édition)

du Club de patinage
de vitesse Chaudière-
Ouest

Pour les 7 à 25 ans

PLACES LIMITÉES !



**École de « Power
Skating »
du Club de patinage
de vitesse Chaudière-
Ouest**

**Formulaire
d'inscription**

Nom :

Prénom :

Courriel :

Adresse :

App. :

Ville :

Code postal :

Téléphone :

Date de naissance :

Choix (cochez un seul choix) :

- Les 2 semaines (11-18 août)

_____ (100,00 \$)

- 1^{ère} semaine (11 août)

_____ (60,00 \$)

- 2^e semaine (18 août)

_____ (60,00 \$)

Note : Vous devez joindre votre paiement complet d'inscription.

Veillez SVP émettre un chèque à l'ordre de CPV Chaudière-Ouest, post-daté au 1^{er} juin 2008.

Votre confirmation d'inscription et les informations pertinentes seront envoyées au plus tard le 23 juin 2008.