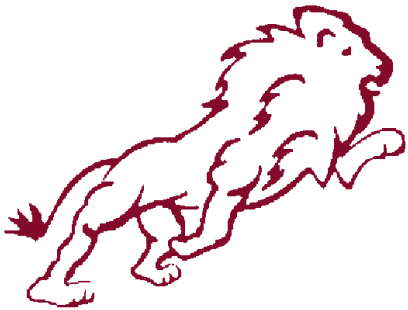


# 2010



**NOVICE**

**ATOME**

**PEE-WEE**

**BANTAM**

## École de hockey Saint-Jérôme

WWW.FHMSTJEROME.COM

30<sup>e</sup>  
anniversaire

Du lundi 9 août  
au  
vendredi 13 août 2010

Programmes dispensés par :

**ÉCOLE de  
HOCKEY**

**CO-JEAN**  
INC.

www.cojean.com



Au Centre sportif  
Saint-Antoine

INFO : Éline Cholette 450 569-9505  
cholettee@hotmail.com

CO-JEAN : Mariette Lauzon 450 419-8101  
info@cojean.com

## Programmes offerts

### POWER SKATING NOVICE

ENTRAÎNEMENT DES HABILITÉS TECHNIQUES DE  
PATINAGE SANS ET AVEC RONDELLE.

*15 h sur glace*

*Match Dirigé*

*Activités Hors glace*

*Éléments de patinage  
avant, arrière, changements de direction*

*Contrôle de rondelle*

*Passe*

*Tir*

*Prise en charge de 8h00 à 17h00*

**Coût : 250\$**

**NOUVEAU**

### TACTIQUE OFFENSIVE PEE-WEE BANTAM

ENTRAÎNEMENT DES SITUATIONS OFFENSIVES  
VARIÉES DANS LES 3 ZONES DE LA PATINOIRE.

*15 h sur glace*

*Match Dirigé*

*Activités Hors glace*

*Survot du programme TACTIQUE INDIVIDUELLE.....*

**PLUS**

*Sortie de zone*

*Entrée de zone*

*Attaque du filet adverse*

*Surveillance de 8h00 à 17h00*

**Coût : 250\$**

### TACTIQUE INDIVIDUELLE ATOME

ENTRAÎNEMENT DES HABILITÉS TECHNIQUES  
INDISPENSABLES AU SUCCÈS DES SITUATIONS  
DE COOPÉRATION ET D'OPPOSITION.

*15 h sur glace*

*Match Dirigé*

*Activités Hors glace*

*Survot du programme POWER SKATING.....*

**PLUS**

*Feintes*

*marquage et Démarquage*

*1 vs 1, 2 vs 1*

*Prise en charge de 8h00 à 17h00*

**Coût : 250\$**

Soyez les premiers à vous inscrire  
car les places sont limitées.

Nous acceptons les joueurs âgés de 6 ans  
(nés en 2004).

L'École de Hockey Co-Jean offre  
d'autres choix de dates et programmes  
pour joueurs et gardiens de but à

Rosemère

Terrebonne

Ste-Thérèse

Montréal

[www.cojean.com](http://www.cojean.com)

**FORMULAIRE D'INSCRIPTION 2010**

**Classification des catégories pour 2010-2011**

Novice : 2003-2002 (7 et 8 ans)  
Atome : 2001-2000 (9 et 10 ans)  
Pee-Wee : 1999-1998 (11 et 12 ans)  
Bantam : 1997-1996 (13 et 14 ans)

Ci-inclus un chèque ou un mandat-poste de 125 \$.  
Faire le chèque au nom de **École de hockey F.H.M. de Saint-Jérôme Inc.**  
La balance est payable au début du cours.

**Signature du père, de la mère ou du tuteur**

**Envoyez votre inscription à :**

Fédération des Clubs de Hockey  
Mineur Saint-Jérôme Inc  
C.P. 21  
St-Jérôme (Qc) J7Z 5T7

**Information :**

450 569-9505  
ou  
450 419-8101

Réception	Confirmation	Montant total	Dépôt reçu	Balance

\* Réservé à l'administration

(Cochez ici)

[WWW.FHMSTJEROME.COM](http://WWW.FHMSTJEROME.COM)

**CHOIX DE LA SESSION**

- 1) Power Skating (novice)
- 2) Tactique individuelle (atome)
- 3) Tactique offensive (pee-wee - bantam)

**COÛTS : 250 \$**

**CO-JEAN une école 5 ÉTOILES**



**Nos objectifs :**

- Favoriser une expérience de vie de groupe dans une atmosphère de franche camaraderie.
- Initier et permettre à l'enfant de perfectionner ses habiletés techniques et tactiques.
- Offrir les services d'une équipe d'enseignants spécialisés et expérimentés.
- Élaborer un contenu de cours adapté à l'âge et au potentiel de chaque jeune.
- Maximiser la progression en favorisant un temps d'engagement moteur optimal.

**Chaque stagiaire recevra gratuitement un magnifique chandail de hockey ainsi qu'une photo-souvenir.**

**Reebok**



**Boston Pizza®**

101 boul. Curé-Labelle,  
Ste-Thérèse  
J7E 2X6  
450 434-6060

1060 boul. Grand Héron  
St-Jérôme  
J2Y 5K8  
450 438-6222

**Élaine Cholette**

Vice-présidente finances  
Fédération des clubs de hockey mineur  
de Saint-Jérôme



Responsable  
École de hockey  
Saint-Jérôme

**450 569-9505**

cholettee@hotmail.com



**Plus que du hockey...  
Une aventure sportive !**