

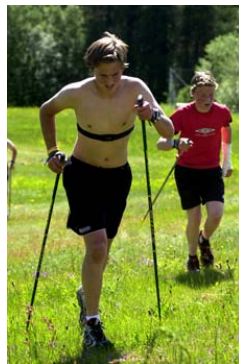
Le Club de ski de fond Monteriski vous propose pour une deuxième année son camp multi-sports. C'est une invitation aux jeunes sportifs et skieurs de fond de **8 à 14 ans**.



Les jeunes auront alors l'opportunité de participer à diverses activités sportives visant à améliorer leur condition physique. Le plaisir sera sûrement au rendez-vous.

Au programme, diverses activités sportives se dérouleront au cours de la semaine : course à pied, ski-striding, ski-roulettes ou patin à roues alignées au Circuit Gilles-Villeneuve, vélo de montagne sur le site de la base militaire de St-Bruno, randonnée pédestre sous forme de quizz au Mont St-Hilaire, baignade, pliométrie, alimentation et flexibilité. En complément, des sessions de visionnement vidéo et notions sur les aspects du développement du jeune sportif seront offertes.

Les activités se dérouleront sur divers sites avoisinant le Parc National du Mont-Saint-Bruno. Quelques déplacements sont donc à prévoir.



Le coût d'inscription est de 110\$. Le camp débute à 9h et se termine à 16h. Un service de garde est disponible à partir de 7h30 le matin et jusqu'à 18h00 le soir, au parc Edmour J. Harvey de Sainte-Julie.

Il faut apporter le lunch, les breuvages et les collations. De légers frais de location pour ceux qui ne possèdent pas de vélo de montagne sont à prévoir.

Du 18 au 22 août, une belle semaine de plein air et de plaisir vous attend avant la grande rentrée scolaire.

Horaire de la semaine

Sujet à modification selon la température
Les détails sur le déroulement des activités vous seront divulgués quelques jours avant le début du camp

Lundi le 18 août

AM Vélo de Montagne
Dîner De 11h45 à 13h
PM Baignade, ski striding

Mardi le 19 août

AM Circuit Gilles-Villeneuve –Ski roulette
Dîner De 11h45 à 13h
PM Baignade Ultimate Freesbee

Mercredi le 20 août

AM Quizz pédestre Mont-St-Hilaire
Dîner De 11h45 à 13h
PM Ski-Stridding

Jeudi le 21 août

AM Vélo de Montagne
Dîner De 11h45 à 13h
PM Activité d'interprétation

Vendredi le 22 août

AM Circuit Gilles-Villeneuve -Ski roulette
Dîner De 11h45 à 13h
PM Compétitions amicales

Nos partenaires



Formulaire d'inscription

Information

Nom : _____
Prénom : _____
Date de naissance : _____
Numéro d'assurance maladie: _____

Coordonnées

Adresse postale : _____
Téléphone au domicile : _____
Téléphone le jour : _____
Adresse électronique : _____

Personne qui peut être rejointe rapidement en cas d'urgence : _____

Lien d'affiliation : _____
Téléphone de cette personne : _____

Fiche santé

Votre enfant souffre-t-il d'allergies alimentaires ou doit-il avoir sur lui une trousse de médicaments d'urgence.

Oui Non

Si vous avez coché la case OUI, indiquez ici toutes informations pertinentes sur la santé de votre enfant, la liste des médicaments dans sa trousse d'urgence ainsi que la posologie. Joindre tout document et informations que vous jugez pertinentes.

Fiche du jeune athlète

Sport pratiqué : _____
Niveau de l'athlète: _____

JackRabbit – Inscrire le niveau atteint _____

Pré-compétition (progr. Piste) _____

Compétition - Inscrire le nombre d'années en compétition : _____

Votre jeune a-t-il un vélo de montagne qui peut être utilisé sur un sentier propre à cette activité ?

Oui Non

Votre jeune a-t-il une paire de ski à roulette (pour le pas de patin) ou de patin à roulette (rollerblade) ? Si non, nous devrions être en mesure de lui en fournir.

Oui Non

Advenant le fait que nous aurions besoin d'aide pour transporter les jeunes, seriez-vous disponible pour nous assister dans le co-voiturage lors des activités se déroulant au Circuit Gilles-Villeneuve et au Mont St-Hilaire ?

Oui Non

Signature d'un parent : _____

Date : _____

***** Possibilité de venir à la journée au coût de 25\$/jour**

Veillez compléter le présent formulaire, nous le retourner dûment complété et accompagné d'un chèque au montant de 110\$ par jeune inscrit, libellé au nom du Club de ski de fond Montériski, à :

Club de ski de fond Montériski

1505 Rue Des Oeilletts
Sainte-Julie, QC J3E 1J3

Pour toutes questions :

Courriel : monteriski@hotmail.com

ou

Madame Sylvie Girard, (450) 922-0619
ou au (514) 883-7030

