

Centre d'entraînement

Colisée Isabelle-Brasseur
965, rue Choquette,
Saint-Jean-sur-Richelieu

Clientèle visée et critères d'admission

Le programme est destiné aux élèves :

- de 5^e et 6^e année du primaire
- du secondaire (1 à 5)

Les joueurs qui évoluent cette saison dans les catégories atome, pee - wee, bantam et midget (classe C, B, A, BB, AA et AAA).

Les élèves qui répondent aux exigences académiques de la Commission scolaire.

Maximum de 30 joueurs et de 4 gardiens par groupe.

Coût

2 800\$ / année

50 joueurs minimum
Chandail et bas inclus

Horaire

Volet sportif

14h15 à 17h

		Lun-mar-mer-jeu-ven
Groupe 1	Glace	14 h 30 à 15 h 30
	Hors glace	15 h 45 à 16 h 30
Groupe 2	Glace	15 h 30 à 16 h 30
	Hors glace	14 h 30 à 15 h 15

De septembre à juin

Jour 1 techniques individuelles et collectives
Jour 2 techniques individuelles et collectives
Jour 3 patin de puissance

Jour 4 développement défensif des défenseurs
développement offensif des défenseurs
développement offensif des attaquants
initiation à la mise en échec

Jour 5 joute 3 X 3
joute 4 X 4
joute 5 X 5

Responsable de la discipline

Josée Tarsi
514-924-3558

Centre
de services scolaire
des Hautes-Rivières

Québec



Concentrations sportives Hockey



LIGUE DE HOCKEY MINEUR DE ST - JEAN INC.

Programme Concentrations sportives Hockey
965 rue Choquette
Saint-Jean-sur-Richelieu, (Québec) J3A 1V6

Téléphone : 514-606-1812
Courriel : norbertcollard@hotmail.com
Site web : www.lhmsj.com

Téléphone : 514-606-1812

Concentrations sportives Hockey

La Ligue de hockey mineur de St-Jean est fière de présenter son programme :

Concentrations sportives Hockey

Depuis plusieurs décennies déjà, la LHMSJ est au cœur du développement des joueurs de hockey de notre région.

Notre programme, en plus d'être en continuité avec les enseignements de la LHMSJ, permet à de jeunes joueurs de se développer davantage en complétant leurs apprentissages au programme Concentrations sportives Hockey.

De plus, le programme offre un horaire qui permet aux élèves de se consacrer au sport qui les passionne, tout en leur permettant de bien performer au niveau académique. Une excellente source de motivation pour la réussite scolaire!



Nous misons sur une équipe d'entraîneurs et de techniciens chevronnés qui sauront transmettre leur passion du jeu aux élèves qui auront l'opportunité de les côtoyer.

Passion, plaisir, dépassement! Le hockey, source de motivation pour les études!

Notre programme vise une amélioration continue dans un climat de camaraderie, où le respect et la discipline occuperont une grande place.

Objectif général du programme

Offrir à l'élève la pratique quotidienne du hockey sur glace, tout en conciliant les exigences de son cheminement académique.

Objectifs détaillés du programme

- Dispenser un enseignement sur glace et hors glace, avec professionnalisme et qualité;
- Amélioration constante, (niveau sportif et académique); Créer un climat de camaraderie entre entraîneurs et joueurs, en inculquant le désir de s'améliorer, dans le respect et la discipline;

Notre équipe d'entraîneurs

Notre équipe de 8 entraîneurs s'assureront que les pratiques sur glace ainsi que les activités hors glace forment un ensemble cohérent, dans le meilleur intérêt du joueur.

Fabienne Lemouel

Formation en éducation physique;

Professeur d'aérobic, fitness, musculation, course à pied. Spécialisée en renforcement musculaire, gainage, circuit training par la fédération FFFEPMM.

Plus de 30 ans d'expériences.

Athlète ultra-marathon, Marathon des sables.

Maxime Cyr

Conseiller technique dans plusieurs écoles et camps d'entraînement depuis plus de 25 ans;

Entraîneur-chef élite pendant plus de 15 ans;

Entraîneur-chef aux Aigles de St-Jean (hockey élite) pendant 5 ans;

Jacques Boucher

Conseiller technique des Aigles (atome et pee-wee) depuis 2010;

Entraîneur-chef pour l'école des Aigles depuis 2010;

Entraîneur pour différentes catégories depuis 1995

(féminin, MaHG, atome BB, pee-wee A et BB, bantamBB et AA, midget BB et AA et junior AA);

Entraîneur à l'école de hockey EHE de 2002 à 2009.

Yanick Lemouel

Formation d'enseignant en éducation physique;

Diplôme d'état en athlétisme et sport pour tous; Sauveteur national;

Entraîneur haute performance niveau 3 en athlétisme (Formation au Québec);

Entraîneur athlétisme depuis plus de 30 ans (9 ans au Québec);

Responsable Club École athlétisme (St-Jean Olympique) depuis 8 ans.

Record Man du Canada (60 haies, décathlon, relais 4 X 200m).

Entraîneur Équipe Québec (saut à la perche 2015).

Maria-José Apréa

Entraîneur de patinage artistique de 1988 à aujourd'hui;

Entraîneur de power-skating depuis 1995.

Ma contribution au programme :

Perfectionner la technique de patinage des joueurs en améliorant la puissance, la stabilité et la condition physique.

Stéphane Goyette

Entraîneur hors-glace

Entraîneur en conditionnement physique depuis plus de 30 ans

Spécialiste en conditionnement sportif depuis 20 ans

Préparateur physique pour les joueurs des Alouettes et à la LHJMQ

Propriétaire de Goyette 360 Hockey

Coach en chef et responsable de l'école des aigles.

Yvon Blais

Entraîneur Ligue Élite AAA du Québec;

Entraîneur pour différentes catégories : pee-wee BB, atome CC et BB, novice A et B;

Instructeur-chef des Éperviers de Verdun;

Joueur pour les Éperviers de Sorel

(LJMQ, 1978 - 1980).

Norbert Collard

Président de la Ligue de hockey mineur de St-Jean depuis plus de 35 ans;

Responsable de la discipline