

Inscriptions

Du 2 février au 25 février 2018 au

Drummondville Olympique

- En personne: 1380 Montplaisir,
Drummondville

Voir heures d'ouverture

- Par téléphone: 819-478-1486



DRUMMONDVILLE OLYMPIQUE

**Plaisir, Défis, Esprit
d'équipe
Viens, on t'attend !!!**

Club de natation Les Requins

1380, Montplaisir

Drummondville, (Québec)

J2C 0M6

www.requins.com

Courriel : jmccann@requins.com

Tel.: 819-477-5889



NATATION



**CAMP DE JOUR DE LA
RELÂCHE DES REQUINS
DU 5 MARS AU 9 MARS 2018**

**Viens apprendre et t'amuser
avec nous !**

Informations:

819-477-5889

Courriel : jmccann@requins.com

Date : 5 mars au 9 mars 2018

Heure : de 8 h à 17 h 15 (un horaire plus précis sera remis une semaine avant le camp)

Endroit : Aqua Complexe de Drummondville
1380, rue Montplaisir

Pour qui ?

Ce camp est ouvert à tous les jeunes capables de faire 25 mètres sans aide et qui aiment l'eau, de même qu'à tous les nageurs des groupes récréatifs et compétitifs du club.

Volets offerts

Volet 1 – Initiation et perfectionnement (régional et -)

Pour les jeunes qui en sont à leurs premières années et/ou qui désirent perfectionner leurs styles.

Volet 2 – remise en forme et perfectionnement
(Développement et +)

Ce volet s'adresse aux jeunes ayant un peu plus d'expérience, désireux de perfectionner certains éléments de leurs styles de nage et d'effectuer une légère mise en forme à l'approche de la nouvelle saison compétitive.



Coût

Résident et compétitif: 110 \$

Résident et non compétitif ou nouveau: 140 \$

Non Résident et compétitif: 190 \$

Non Résident et non compétitif ou nouveau: 170 \$

* Les frais de 80,00 \$ supplémentaires pour les non-résidents sont exigibles une seule fois.

* * Des frais supplémentaires de 3 \$ d'affiliation à la FNQ doivent être prévus si votre enfant n'était pas dans le club lors de la saison 2017 – 2018 (obligatoire pour les assurances)

À propos du club de natation Les Requins

Chef de file en natation compétitive depuis 50 ans (1967), le club de Natation les Requins développe avec fierté de jeunes athlètes en leur transmettant des valeurs de dépassement de soi, d'effort, de respect et d'esprit d'équipe grâce à nos volets d'entraînements compétitifs et récréatifs.

Nos objectifs:

- Développer et perfectionner les 4 styles de nage et habiletés de natation (virages, départs...)
- Développer les caractéristiques associées aux sports (physiques, sociales, émotives, intellectuelles et morales...)
- Montrer différentes méthodes d'entraînement
- Encourager la participation aux compétitions (récréative, compétitive, excellence)
- Promouvoir la pratique de ce sport par des défis individuels et de groupes

Activités offertes

- Deux périodes de natation par jour
- Ateliers divers (préparation physique, nutrition, plongeurs, flexibilité et plusieurs autres)
- Activités ludiques à l'extérieur et en salle

Ce dont vous aurez besoin

- Maillot (préférable 1 pièce pour les filles et vrai costume de bain pour les gars)
- Casque et lunette
- Cadenas
- Espadrilles, vêtements sport pour l'intérieur
- Vêtements chauds pour extérieur
- Gourde d'eau
- Boîte à lunch (dîner)
- Palme (s'il en a)
- Collations (2)
- Carte d'assurance maladie
- Serviette et item pour la douche