



1ère édition

Ouvert à tous

**Camp expert on- et off-ice
pour jeunes né(e)s entre
2000 et 2002**

**Du jeudi 27.07.17
au dimanche 30.07.17**



	jeudi 27.07.2017	vendredi 28.07.2017	samedi 29.07.2017	dimanche 30.07.2017
HORAIRE				
8:30-9:00	Début du camp			
9:00-9:30				
9:30-10:00	Glace 1	Glace 3	Glace 5	
10:00-10:30				
10:30-11:00	Pause/collation	Pause/collation	Pause/collation	Glace 6 Match interne
11:00-11:30	Physique 1	Physique 2	Physique 3	
11:30-12:00				Fin du camp
12:00-12:30	Dîner	Dîner	Dîner	
12:30-13:00	Repos	Repos	Repos	
13:00-13:30	Boxe	Qi-Gong	Boxe	
13:30-14:00				
14:00-14:30	Pause	Pause	Pause	
14:30-15:00				
15:00-15:30	Glace 2	Glace 4	Glace 6	
15:30-16:00				
16:00-16:30	Pause/collation	Pause/collation	Pause/collation	
16:30-17:00	Piscine	Théorie diététique	Théorie arbitraae	

Programme provisoire

Prix:

350.-

Hébergement possible:

nous contacter.

Entraîneur principal :

Serge Volet

Places limitées:

20 joueurs et 2 gardiens

Inscriptions:

www.hc-ajoie.ch camp expert

Infos :

campexpert@hca.com

