

Reebok



Reebok

Qu'est-ce que DH Performance

DH Performance est une école de hockey qui se spécialise dans le domaine du hockey récréatif pour adulte. Cette école s'adresse au joueur de hockey moyen qui désire s'améliorer et ce, même s'il évolue dans une ligue « de garage ». Le but de l'école est de permettre à Monsieur tout le monde de s'améliorer afin de performer davantage et de pouvoir avoir le plus de plaisir possible à pratiquer le plus beau sport au monde. L'école se déroulera à l'aréna l'Activital de St-Augustin et l'aréna les Deux-Glaces de Val-Bélair pour une session printanière du 14 avril au 10 mai 2009 et à l'aréna les Deux-Glaces de Val-Bélair pour une session estivale du 4 août au 6 septembre. Soucieux de sa clientèle, DH Performance se déroulera sur une période de quatre semaines au printemps et trois semaines en été, de soir, afin de permettre à ses participants de pouvoir y participer tout en minimisant les impacts sur la vie familiale.

Le Programme

Le programme de DH Performance se veut un programme complet. C'est-à-dire que les thèmes de la technique, la tactique et la stratégie seront abordés. Il y aura une grande partie de l'enseignement qui touchera la technique, la tactique et les stratégies simples. Une plus petite partie concernera la stratégie d'équipe (plusieurs joueurs impliqués). Par technique, nous entendons tous les éléments relié au joueur lui-même : tout ce qui touche le patin (virage,

accélération, arrêt, etc.), tout ce qui touche les passes (précision, revers, etc.) et tout ce qui touche les tirs (poignet, frappé, revers, etc.). Par la tactique, nous entendons tous les actions pouvant être prises par le joueur en situation de jeu et qui n'implique pas d'autres joueurs de son équipe (protection de rondelle, feintes, lire et réagir, etc.). Pour ce qui est des stratégies simples, elles impliqueront peu de joueurs (passe en retrait, triangle offensif, 2 vs 1, etc.). Finalement, pour les stratégies d'équipe, il s'agira de jeux collectifs qui impliquent plusieurs joueurs (sortie de zone, entrée de zone, etc.).

Pour les gardiens, l'aspect technique sera le plus travaillé (déplacements, positionnement, agilité, etc.). Il y aura aussi une partie tactique afin d'aider les gardiens à lire le jeu devant eux (comment réagir face à différentes situations, apprendre à lire les actions des joueurs, etc.).

Les Entraîneurs

Les entraîneurs de DH Performance sont des entraîneurs qui possèdent une vaste expérience au niveau du hockey, plus spécifiquement dans l'enseignement du hockey. La priorité de DH Performance est d'offrir un enseignement personnalisé de qualité supérieur. Pour y parvenir, un ratio de 1 entraîneur pour 7 joueurs sera respecté et 1 entraîneur pour 4 gardiens de but. Tous les entraîneurs seront présents sur glace pour toutes les pratiques et seront présent derrière le banc pour donner de la rétroaction lors des parties.

Qu'est-ce qui est compris dans l'inscription?

- Soirée 5 à 7 avant de débiter l'école
- Chandails de hockey personnalisé au participant et bas de hockey
- 15H00 d'enseignement sur glace (pratiques et parties)
- 1H30 de théorie hors glace sur la technique, les tactiques et les stratégies
- Partie finale sur la glace du Colisé Pepsi (si disponible)
- Dîner/Souper de fermeture
- Présence de deux arbitres lors des parties
- Présences de 4 entraîneurs pour les joueurs et 1 pour les gardiens en tout temps
- Présences des entraîneurs derrière les bancs lors des parties

- Limite de 30 joueurs et 4 gardiens dans le groupe
- Boissons énergétiques après chaque activité
- Plusieurs cadeaux pour les participants tout au long du stage
- Tirage de prix tout au long du stage
- Et encore plus...

Calendrier de l'école de hockey

Édition Printemps 2009

Mardi 7 avril 2009 17h : 5 à 7 au Boston Pizza Lebourneuf

Jeudi 16 avril 2009 19h30-21h : pratique sur glace

Jeudi 23 avril 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Vendredi 24 avril 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Jeudi 30 avril 2009 19h30-21h : pratique sur glace

Jeudi 7 mai 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Édition Été 2009 Groupe 1

Mardi 21 juillet 2009 17h : 5 à 7 au Boston Pizza Lebourneuf

Mardi 4 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Jeudi 6 août 2009 19h30-21h : pratique sur glace

Vendredi 7 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Mardi 11 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Jeudi 13 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Vendredi 14 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Mardi 18 août 2009 19h30-21h : pratique sur glace

Jeudi 20 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Vendredi 21 août 2009 19h30-21h : Pratique sur glace

Dimanche 6 septembre 2009 9h30-11h : Partie au colisé Pepsi (si possible sinon Val Bélair) *
heure à confirmer

Dimanche 6 septembre 2009 12h : Dîner * heure à confirmer

Édition Été 2009 Groupe 2

Mardi 28 juillet 2009 17h : 5 à 7 au Boston Pizza Lebourneuf

Mardi 4 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Jeudi 6 août 2009 21h - 22h30: pratique sur glace

Vendredi 7 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Mardi 11 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Jeudi 13 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Vendredi 14 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Mardi 18 août 2009 21h - 22h30: pratique sur glace

Jeudi 20 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Vendredi 21 août 2009 21h - 22h30: Pratique sur glace

Samedi 5 septembre 2009 9h30-11h : Partie au colisé Pepsi (si possible sinon Val Bélair) * heure à confirmer

Samedi 5 septembre 2009 12h : Dîner * heure à confirmer

Inscription

Le prix total de l'inscription est de 585.00\$ tout inclus. Au moment de l'inscription, un montant de 150.00\$ sera demandé comme acompte pour réserver la place du participant. La somme restante (435.00\$) devra être payé au plus tard lors du 5 à 7 au Boston Pizza, dans la semaine précédant le stage. Tous les paiements peuvent être effectués par chèque ou en argent comptant.

Renseignements supplémentaires

Pour inscription ou pour tous renseignements supplémentaires, vous pouvez communiquer avec nous par téléphone au 554-4114 ou par E-mail à l'adresse suivante : dhperformance@globetrotter.net

