



OPTIMUM DE VICTORIAVILLE

DES CLINIQUES POUR TOUS ... !!

Le club de soccer de l'Optimum est fier de vous offrir une variété d'activité spécifique de soccer pour tous. Pour plus de détail voir les pages 2 et 3.



CAMP D'ÉTÉ
U5 À U8

CLINIQUE DE
PERFECTIONNEMENT
U9 A U11

CLINIQUE SPÉCIALISÉ
ATTAQUANT
U12 A U14

CLINIQUE SPÉCIALISÉ
DEFENSEUR
U12 A U14

CLINIQUE GARDIEN
DE BUT U9 A U18

OPTIMUM DE VICTORIAVILLE

Laurent Leroux
Directeur Technique
Téléphone : 819-806-0326
Courriel :
Optimum.soccer@hotmail.com

Site internet :
<http://www.socceroptimum.ca/>



Détail des activités du CSOV

Camp de jour pour le U5 à U8 (2007, 2008, 2009, 2010)

Le camp est supervisé par la direction technique. Nous vous offrons une programmation détaillée au contenu diversifié et surtout adapté aux catégories d'âges.

Notre objectif est que les jeunes de notre club participe au camp dans un cadre agréable, amusant et motivant.

Semaine offerte : (3 semaines)

- 29 juin au 3 juillet 2015
- 6 juillet au 10 juillet 2015
- 13 juillet au 17 juillet 2015

Lieu : Complexe Promutuel

Journée type :

8h00-9h00 : Activité libre, supervisé par nos moniteurs

9h00-10h15 : Entraînement

10h15-10h45 : Pause (Collation)

10h45-12h00 : Entraînement

12h00-13h15 : Repas du midi

13h15-14h30 : Piscine

14h30-15h00 : Pause (Collation)

15h00-16h00 : Jeux

16h00-17h00 : Activité libre, supervisé par nos moniteurs

Chaque enfant doit apporter son lunch, collations, gourde d'eau, **costume de bain et casque de bain**, équipement de soccer (short, bas, protège-tibias et soulier à crampons) et sa carte d'assurance maladie.

Coût : 100.00\$ / semaine

CLINIQUE de perfectionnement U9 à U11 (2006, 2005, 2004)

Le CLUB DE SOCCER DE L'OPTIMUM DE VICTORIAVILLE est fier de vous offrir une occasion en or de perfectionnement de soccer. Ces entraînements de perfectionnement s'adressent à tout le jeune compétitif d'âge U9 (nés en 2006) à U11 (nés en 2004) qui souhaitent améliorer leurs habilités technico-tactique spécifique de soccer. Les 5 entraînements seront donnés par le staff technique du club et aussi d'invités spéciaux. Les cliniques de perfectionnement se dérouleront sur le site du complexe Promutuel (extérieur ou intérieur).

Date des entraînements :

Vendredi 5 juin de 18h00-19h15

Vendredi 26 juin de 18h00-19h15

Vendredi 3 juillet de 18h00-19h15

Vendredi 10 juillet de 18h00-19h15

Vendredi 17 juillet de 18h00-19h15

Coût : 25.00\$ / par athlète



Détail des activités du CSOV

Clinique spécialisée Attaquant ou défenseur (2003-2002-2001)

Le CLUB DE SOCCER DE L'OPTIMUM DE VICTORIAVILLE est fier de vous offrir une occasion en or de perfectionnement de soccer. Ces entraînements de perfectionnement s'adressent à tout le jeune compétitif d'âge U12 (nés en 2003) à U14 (nés en 2001) qui souhaitent améliorer leurs habilités technico-tactique spécifique de soccer. Lors de 5 entraînements, les entraînements seront donnés par le staff technique du club et aussi d'invités spéciaux. Les cliniques de perfectionnement se dérouleront sur le site du complexe Promutuel (extérieur ou intérieur).

Date d'entraînement :

Vendredi 5 juin de 19h15-20h30

Vendredi 26 juin de 19h15-20h30

Vendredi 3 juillet de 19h15-20h30

Vendredi 10 juillet de 19h15-20h30

Vendredi 17 juillet de 19h15-20h30

Coût : 25.00\$ / par athlète

Clinique de gardien de but (10 entraînements)

Ces cliniques de préformation s'inscrivent comme l'un des axes majeurs de développement de l'Optimum. Le rôle du gardien de but moderne revêt une telle importance qu'il est indispensable de lui donner un entraînement adapté spécifique par semaine qui viendra ainsi compléter la formation qu'effectue le joueur dans son club. C'est une **étape essentielle** dans la formation du joueur (se).

Évaluation, initiation, perfectionnement, tels sont les différents stades de formation proposés. À chaque niveau d'habileté correspond une spécificité de pratique.

L'objectif de cette école consistera à optimiser la performance de nos gardien(ne)s par le développement des **qualités physiques** (détente, vitesse, déplacements, force, coordination, souplesse...) des **qualités techniques** (prise de balle, frappes, plonges, relance, placement, réduction d'angle,...) sans omettre l'un des aspects primordiaux du gardien actuel : l'aspect tactique (anticipation, coordination avec les partenaires, déplacements, arrêts,...) ainsi que le mental.

Date d'entraînement :

Vendredi 17 avril 2015

Vendredi 24 avril 2015

Vendredi 1 mai 2015

Vendredi 15 mai 2015

Vendredi 29 mai 2015

Vendredi 5 juin 2015

Vendredi 26 juin 2015

Vendredi 3 juillet 2015

Vendredi 10 juillet 2015

Vendredi 17 juillet 2015

Coût : 40.00\$ / par athlète



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

INFORMATION PERSONNEL

Prénom	
Nom	
Année de naissance	
Téléphone	
Courriel	
Équipe 2015 (exemple : U11MA)	
No. Assurance maladie	

CHOIX DE L'ACTIVITÉ / INSCRIPTION

Camp de jour pour le U5 à U8 (2007, 2008, 2009, 2010)	Choix des semaines : 29 juin au 3 juillet 2015 (100.00\$) <input type="checkbox"/> 6 juillet au 10 juillet 2015 (100.00\$) <input type="checkbox"/> 13 juillet au 17 juillet 2015 (100.00\$) <input type="checkbox"/>
Centre de perfectionnement U9 à U11 (2006, 2005, 2004)	(25.00\$) <input type="checkbox"/>
Clinique spécialisé attaquant U12 (nés en 2003) à U14 (nés en 2001) Compétitif	(25.00\$) <input type="checkbox"/>
Clinique spécialisé défenseur U12 (nés en 2003) à U14 (nés en 2001) Compétitif	(25.00\$) <input type="checkbox"/>
Clinique de gardien de but	(40.00\$) <input type="checkbox"/>

Paiement (chèque ou comptant)

Vous devez remplir le formulaire bien rempli avec le paiement de l'inscription

Vous devez faire parvenir votre inscription à l'adresse suivante :

CSOV

365 rue Émile, Victoriaville, QC, G6P 7Z7