



## CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DES TROIS-LACS

### INFORMATIONS SAISON 2011-2012

#### DATES D'INSCRIPTIONS

>>> **le patineur doit être présent** <<<

	VAUDREUIL-DORION	SITE INTERNET
LIEU	Aréna de Vaudreuil 9 rue Jeannotte	<a href="http://www.cpv3lacs.org">www.cpv3lacs.org</a>
DATE	Mardi 30 août et Mercredi 31 août 2011 de 18h à 20h	En tout temps

#### DOCUMENTS À REMPLIR OU LIRE

- Fiche d'inscription
- Formulaire médical
- Formulaire d'aptitude à l'activité physique (pour les 15 ans+)
- Liste de l'équipement requis et l'entretien des patins

#### ESSAYAGE DES PATINS, MAILLOTS ET T-SHIRTS

LIEU	Aréna de Vaudreuil 9 rue Jeannotte Vaudreuil-Dorion
DATE	Mardi 30 août et Mercredi 31 août 2011 de 18h à 20h

#### ENTRAÎNEMENT

LIEU	Aréna de Vaudreuil, Glace Vaudreuil 9 rue Jeannotte Vaudreuil-Dorion Tél.: 450 455-5505			
DURÉE	Du 12 septembre 2011 au 29 mars 2012			
JOURS		<b>Débutant</b>	<b>Intermédiaire</b>	<b>Avancé</b>
	<b>Lundi</b>	16h30 à 17h20	17h20 à 18h30	17h45 à 19h15
	<b>Jeudi</b>	16h00 à 16h50	16h30 à 17h45	17h15 à 18h45
<b><u>Présentez-vous au moins 30min. à l'avance pour l'installation des matelas de protection sur la patinoire</u></b> <b><u>N.B.:</u></b> Il existe un chevauchement intentionnel des heures entre les catégories.				
RELÂCHE	Il n'y aura pas d'entraînements aux dates suivantes : <ul style="list-style-type: none"><li>- 31 octobre 2011</li><li>- 26 et 29 décembre 2011 ainsi que 2 janvier 2012</li><li>- 23 février ainsi que les 5 et 8 mars 2012</li></ul> Surveiller vos courriels et le site Internet du club ( <a href="http://www.cpv3lacs.org">www.cpv3lacs.org</a> ) pour les annulations.			

#### POUR NOUS CONTACTER

- Voyez une personne responsable lors des entraînements
- Envoyez un courriel à [INFO@cpv3lacs.org](mailto:INFO@cpv3lacs.org)
- Visitez le le site Internet du club à [www.cpv3lacs.org](http://www.cpv3lacs.org)



## CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DES TROIS-LACS

### INFORMATIONS 2011-2012 SEASON

#### REGISTRATION DATES

>>> **skater must be present** <<<

	VAUDREUIL-DORION	INTERNET SITE
<b>PLACE</b>	Aréna de Vaudreuil 9 Jeannotte street	<a href="http://www.cpv3lacs.org">www.cpv3lacs.org</a>
<b>DATE</b>	Tuesday <b>August 30<sup>th</sup></b> and Wednesday <b>August 31<sup>st</sup></b> 2011, from <b>6:00 to 8:00 PM</b>	Anytime

#### DOCUMENTS TO FILL-OUT OR READ

- Registration form
- Medical form
- Physical activity readiness form ( for 15+ years old)
- Equipment list and skates maintenance

#### SKATES, SKIN-SUITS AND T-SHIRTS TRY-OUT

<b>PLACE</b>	Aréna de Vaudreuil 9 Jeannotte street Vaudreuil-Dorion
<b>DATE</b>	Tuesday <b>August 30<sup>th</sup></b> and Wednesday <b>August 31<sup>st</sup></b> 2011, from <b>6:00 to 8:00 PM</b>

#### TRAINING

<b>PLACE</b>	Aréna de Vaudreuil, Vaudreuil ice 9 Jeannotte street Vaudreuil-Dorion Tel.: 450 455-5505			
<b>SEASON</b>	From September 12 <sup>th</sup> 2011 to March 29 <sup>th</sup> 2012			
<b>DAYS</b>	<b>Beginner</b>	<b>Intermediate</b>	<b>Advanced</b>	
	<b>Monday</b>	4h30 to 5h20 PM	5h20 à 6h30 PM	5h45 à 7h15 PM
	<b>Thursday</b>	4h00 à 4h50 PM	4h30 à 5h45 PM	5h15 à 6h45 PM
<b><u>Be there at least 30min. in advance for installation of the protection mattresses on the ice</u></b> <b>NOTE :</b> There is an intentional overlap of the schedule between categories.				
<b>BREAKS</b>	There will be no training on the following dates : - October 31 <sup>st</sup> , 2011 - December 26 <sup>th</sup> and 29 <sup>th</sup> , 2011 and January 2 <sup>nd</sup> 2012 - February 23 <sup>rd</sup> , March 5 <sup>th</sup> and 8 <sup>th</sup> , 2012  Check your emails and visit our Internet site ( <a href="http://www.cpv3lacs.org">www.cpv3lacs.org</a> ) for cancellations.			

#### TO REACH US

- See a club's representative during the training sessions
- Send an email to [INFO@cpv3lacs.org](mailto:INFO@cpv3lacs.org)
- Visit our Internet site at [www.cpv3lacs.org](http://www.cpv3lacs.org)