



Grand Belfort Hockey Club

Patinoire du Grand Belfort
Parc des Loisirs des Résidences
90800 BAVILLIERS

<http://www.hockey-belfort.fr>



Stages d'été 2024 HOCKEY sur GLACE

ENCADRANTS :

Sergueï GORBOUCHINE, Stéphane CANAC
Jiri SEVCIK

Aides entraîneurs :

Ludovic KUENTZ, Manon CLIQUET

Bienvenue au stage de hockey sur glace du Grand Belfort Hockey Club sous la tutelle d'un trio d'experts et de leurs aides.

Sergueï Gorbouchine, ancien joueur International Russe et joueur de championnats au plus haut niveau russe et français, apporte avec lui une expérience inégalée, forgée au fil de ses années de compétition et d'encadrement. Son engagement envers le développement des jeunes font de Sergueï le parfait mentor pour tous ceux qui veulent gagner en compétence sur la glace.

Stéphane Canac, ayant évolué en D1, D2 et D3 en France, est réputé pour sa maîtrise tactique collective. Il apportera non seulement une dimension technique de patinage et de conduite du palet, mais appuiera aussi sur les notions stratégiques.

Jiri Sevcik, figure emblématique du hockey tchèque (Extraliga, 1ère Liga) mais aussi Français (Ligue Magnus, D1, D2...), apportera sa rigueur et son expertise technique. Sa longue expérience en tant que joueur et entraîneur lui permettront de perfectionner vos compétences.

Que vous soyez novice sur la glace ou joueur aguerri cherchant à peaufiner vos acquis, nos entraîneurs sauront vous prendre en charge quel que soit votre niveau.

Préparez-vous à repousser vos limites et à affûter vos compétences.

Info stage et liens utiles :

STAGE U7 - U9 - U11

/!\ Equipement obligatoire

Semaine du lundi 19 au vendredi 23 août 2023

5 jours complets – 10h de glace – 7h30 de hors glace – 2h30 de théorie

MATIN

- Accueil à partir de 9h30 en tenue de sport
- Échauffement réveil musculaire de 9h30 à 9h45
- Ateliers hors glace et Jeux extérieurs de 9h45 à 10h15
- Goûter
- Habillage 10h15 à 10h45
- Glace de 10h45 à 11h45 (1h00)
- Déséquipement de 11h45 à 12h00

MIDI 12h00 – 13h30

Repas en groupe

(Repas fourni par le club, pris sur place)
Détente et jeux jusqu'à 13h30

APRES-MIDI

- Apprentissage de la théorie (règles du jeu et placement) de 13h30 à 14h00
 - Hors glace - maniement de 14h00 à 14h45
 - Habillage 14h45 à 15h15
 - Glace de 15h15 à 16h15 (1h00)
 - Goûter, déséquipement, douche
- Journée libérée à 16h45**

Au programme du stage « U7 à U11 »

- travail technique de patinage avec et sans palet
- technique individuelle avec palet
- apprentissage des placements pour les plus petits
- séquences tactiques de jeu pour les plus grands
- tirs, passes, conduite de palet
- entretien physique (précision, explosivité, endurance...)

Matériel à prévoir en plus de l'équipement de hockeyeur

- corde à sauter
- tapis en mousse
- si possible une crosse "extérieure" en plus de la/les crosse(s) pour la glace

STAGE U13 – U15 - U18

/!\ Equipement obligatoire

Semaine du lundi 19 au vendredi 23 août 2024

5 jours complets – 10h de glace – 10h de hors glace – 5h de théorie

MATIN

- Accueil à partir de 9h00 en tenue de sport
- Échauffement réveil musculaire de 9h à 9h15
- Habillage 9h15 à 9h45
- Glace de 9h45 à 10h45 (1h)
- Déséquipement + Goûter de 10h45 à 11h15
- Hors glace 11h15 à 12h (45min)

MIDI 12h – 13h30

Repas en groupe

(Repas fourni par le club, pris sur place)

Détente et récupération jusqu'à 13h30

APRES-MIDI

- Analyse vidéo, tableau, théorie de 13h30 à 14h30 (1h)
- Hors glace, maniement et débrief de 14h30 à 15h45 (1h15)
- Goûter
- Habillage 15h45 à 16h15
- Glace de 16h15 à 17h15 (1h)
- Déséquipement, douche de 17h15 à 17h45

Journée libérée à 17h45

Au programme du stage « U13 à U21 »

- travail technique de patinage avec et sans palet
- technique individuelle avec palet
- placements
- séquences tactiques de jeu
- tirs, passes, conduite de palet
- préparation physique (gainage, petite musculation, endurance...)

Matériel à prévoir en plus de l'équipement de hockeyeur

- corde à sauter
- tapis en mousse
- si possible une crosse "extérieure" en plus de la/les crosse(s) pour la glace

TARIFS (comprendra eau/fruits/compotes ainsi que les repas du midi)

U7-U9-U11	joueurs : 210 euros pour la semaine gardiens : 160 euros pour la semaine
U13-U15-U18	joueurs : 250 euros pour la semaine gardiens : 200 euros pour la semaine

Inscriptions avant le 31 juin 2024 :



Pour les familles inscrivant plusieurs enfants, les tarifs sont les suivants :

- 1^{er} enfant : **plein tarif**
- 2^{ème} enfant : **-15€** (remise appliquée au deuxième enfant)
- 3^{ème} enfant et plus : **-20€** (remise appliquée aux deuxième et troisième enfant)

Pour les familles d'accueil, une convention sera signée entre vous et la famille des stagiaires. Une participation de **50€** pour la semaine sera demandée et vous sera reversée au titre de dédommagement pour les repas du soir, le transport et le couchage du lundi soir au vendredi matin.

Règlement par carte-bleue via le site Helloasso :



<https://www.helloasso.com/associations/grand-belfort-hockey-club/adhesions/stage-ete-2024>

Lors du paiement, la contribution au fonctionnement de HelloAsso n'est pas obligatoire. Elle est ajoutée automatiquement par le fournisseur du service. Si vous ne souhaitez pas participer, pensez à décocher l'option.

- La programmation des journées est à titre informatif. Des modifications pourront être apportées par les entraîneurs avant ou pendant les stages.
- Le club se réserve le droit d'annuler un stage s'il y a trop peu d'inscrits.
- Le club se réserve le droit de refuser une inscription s'il y a trop de stagiaires. Dans ce cas : les dossiers arrivés complets en 1^{er} seront prioritaires.

