



CAMP DE BADMINTON ESTIVAL 2016

ACES DE MONTRÉAL LE MEILLEUR CAMP EN VILLE!

Le club de badminton Aces de Montréal vous invite à participer à un camp de badminton pour tous les niveaux !

Si vous êtes âgés de **8 à 18 ans** et avez un intérêt marqué pour le badminton, ce camp s'adresse à vous !

CONTENU (débutants & avancés)

- Éléments de base (prise de raquette et les différents mouvements de frappe).
- Apprentissage, développement et perfectionnement des déplacements.
- Perfectionnement des techniques, coup de fond, coup au filet, etc.
- Jeu tactique en double, mixte et simple.
- Enseignement des différentes techniques (service, réception du service, coup au filet, relevé du filet, coup rapide, dégagé du fond de terrain, amorti au filet, smash, rush, revers, etc.).

ENTRAÎNEURS

- Mike Ngo : PNCE niveau 3 national avec 20 ans d'expérience
- Billy Tong : bachelier en kinésiologie
- Émile Chanel : PNCE niveau 1

<p><u>QUAND</u> Camp estival du 27 juin au 19 août 2016</p> <p><u>LIEU</u> Carrefour communautaire Rosemont l'Entre-Gens 5675 rue Lafond, Montréal, QC H1X 2X6</p> <p><u>COÛT</u> 95\$ par semaine Exception : 25-29 juillet 2016 à 105\$ Frais d'inscription unique : 20\$ (inclus un chandail)</p> <p><u>INSCRIPTION</u> Du 29 mars au 18 mai 2016 16 places disponibles par semaine Au téléphone : 514-903-7522 Sur place au 5350, rue Lafond, 2^e étage Site web : slabrosemont.org</p>	<p><u>HORAIRE TYPE</u></p> <ul style="list-style-type: none">• 8h45 à 9h00 : Échauffement• 9h00 à 9h30 : Déplacements• 9h30 à 11h45 : Travail technique• 11h45 à 12h00 : Étirements• 12h00 à 12h45 : Dîner• 12h45 à 14h00 : Tactique de jeu• 14h00 à 15h45 : Jeux de badminton, mini-tournoi ou jeu libre• 15h45 à 16h00 : Étirements• 2 Sorties extérieures par semaine (selon la température) <p><u>DÎNER</u> Tous les jeunes doivent apporter leur lunch</p>
---	---

Premier arrivé, premier servi !

Informations avec Mike Ngo

Téléphone (514) 573-2423

info@acesdemontreal.com



En partenariat avec

