

Calendrier des entraînements

La saison débute par un entraînement hebdomadaire en gymnase. Les séances débuteront le dimanche 20 octobre pour se terminer le 1^{er} décembre (selon l'enneigement des pentes). Les entraînements en salle débutent à 9h30 et durent de 1h à 2h selon l'âge.

Dès que la neige le permettra, les entraînements seront réalisés au Mont Fortin. Les entraînements sur neige se tiendront de 9h30 à 14h30 à tous les samedis. Selon le groupe d'âge, des entraînements complémentaires seront donnés les mercredis ou les jeudis soirs.

Les courses

La saison est composée de 5 courses régionales. Les courses ont lieu le samedi et/ou dimanche.

Informations

Pour plus d'information, vous êtes invités à communiquer avec madame Katherine Tremblay, après 18h au 418-590-4632 ou par courriel à : katerinetremblay@hotmail.com

Ou encore la présidence du Club : club.ski.montfortin@hotmail.com

Merci à nos partenaires
et nos commanditaires!

Québecissime

sports
experts®
Jonquière

Ville de
Saguenay

**Boucherie Davis
Box – Services
automobile complets
Honda – Léo Automobile
Itée**

**Sylvain Gaudreault,
Député de Jonquière**

**Céramiques FD et
InnoV Construction**

- Potvin & Bouchard
- Ébénisterie André Potvin
- Clinique Dentaire La Baie
- Cycles Amadeus
- Assurances Cantin et Gagnon
- Zone Kubota

CLUB DE COMPÉTITION
mont-fortin

Saison 2019-2020



Le club de ski de compétition Mont-Fortin

Le club de ski de compétition du Mont Fortin est fier de débiter sa dix-septième année. Depuis 2002, le club entraîne et perfectionne les jeunes skieurs dès l'âge de six ans, et même moins. Le Club vise à développer, raffiner et optimiser les habiletés techniques et physiques des skieurs par le biais d'entraînements rigoureux sur neige et lors de participations à des compétitions régionales. Par sa philosophie, le club fait la promotion du dépassement de soi et permet aux athlètes d'acquies de la confiance en eux, le tout, réalisé dans une atmosphère de franche camaraderie où le plaisir est au rendez-vous.



Les catégories

U6 (5 ans)

Programme dédié aux petits démontrant une forte autonomie et désirant s'initier aux techniques de course et au ski en tracé (programme allégé, 5 enfants max., demie-journée en matinée ou après-midi). Participation des parents requise. Programme géré par l'École de glisse Mont-Fortin.

U8 (6-7 ans) et U10 (8-9 ans)

Ces programmes s'adressent aux skieurs qui débutent en compétition. Les objectifs sont d'y développer les habiletés techniques de chacun tout en apprenant les rudiments du ski de course. Combiné au plaisir de skier, les jeunes développent un sentiment d'appartenance au groupe.

U12 (10-11 ans), U14 (12-13 ans), U16 (14-15 ans) et U18-21 (16 ans et +)

Programmes pour les skieurs qui ont déjà une expérience de course. Les objectifs sont de raffiner les différentes techniques acquises et de développer des tactiques de course dans la recherche de l'excellence.



Tarifs

U6 (2014-15)	= 215.00 \$
U8-10 (2010-2013)	= 521.00 \$
U12-14 (2006-2009)	= 550.00 \$
U16* (2004-2005)	= 612.00 \$
U18** (2003 et moins)	= 683.00 \$

*Frais additionnels de 30\$ après le 10 novembre pour la SQA

** Coût différent pour inscription à l'équipe Saglac du Circuit Junior Provincial



Inscriptions

Le club est ouvert à tous les skieurs avec une bonne base de ski alpin. Les inscriptions auront lieu le 30 septembre 2019 au centre de ski du Mont Fortin de 10h à 11h. Venez rencontrer les membres du club et poser vos questions.