

## Bonjour à tous

Une chose TRÈS IMPORTANTE à vous communiquer.

Comme dans le passé, le club organise un camp d'entraînement à **Bromont**. Il est temps pour vous de s'y inscrire, si le cœur vous en dit. Pour ce faire, veuillez lire ATTENTIVEMENT les consignes suivantes :

## Super camp d'entraînement Peewee/Minime du Club Lessard Bicycles 2008

Objet : Le Club Lessard Bicycles organise un camp d'entraînement printanier à Bromont pour les membres du Club dans les catégories Pee wee et Minime. Le nombre de place est LIMITÉ (30). Le comité organisateur se garde le droit de prioriser les inscriptions en vue d'avoir des groupes homogènes. C'est pourquoi nous aimerions avoir votre confirmation le plus rapidement possible. Vous pouvez confirmer votre présence en envoyant un courriel à l'adresse suivante :

[jbstl20@hotmail.com](mailto:jbstl20@hotmail.com)

### Informations sur le Camp

Endroit : Bromont, Qc

Date : 2 au 4 mai 2008

Date limite d'inscription : 10 avril 2008

Date limite de remise des chèques : 17 avril 2008

### Objectifs

- Avoir un soutien professionnel et psychologique pour bien débiter la saison.
- Favoriser les liens qui permettent de former une équipe unie.
- Acquérir de nouvelles connaissances générale et technique.
- Augmenter son degré d'efficacité à l'entraînement.
- Réaliser des entraînements en simulation de compétitions.
- Favoriser l'autonomie dans l'entretien et les réparations de vélo.

### Conditions

- Être membre du Club Lessard Bicycles
- Avoir payé sa royauté pour la saison 2008.

- Être membre de la Fédération Québécoises des Sports Cycliste. (Permet d'être couvert par les assurances de la Fédération)
- Être inscrit dans une des catégories suivantes : Pee wee ou Minime

### Ce que le camp fournit

#### Transport

Autobus scolaire ( départ de Ste-Foy le vendredi à 17h00 et retour le dimanche à 16h00...Aréna près du terminus d'autobus)  
2 remorque à vélos, celle du Club Lessard Bicycles et une autre.  
Mécano sur place pour réparation de base.

#### Repas

2 déjeuners  
2 dîners  
1 souper

#### Hébergement

2 couchers en occupation quadruple (4) à l'Auberge Château Bromont.  
Literie

#### Site d'entraînement

Accès aux sentiers du Centre de ski Bromont

#### Encadrement

Entraîneurs, coureurs Élites et accompagnateurs

#### Contenu

Clinique d'entretien du vélo  
Clinique préparation à la compétition  
Amélioration des différents points techniques  
Et plus

#### Ce que vous devez fournir :

- Carte d'assurance maladie
- Vélo en bon état
- Couverture pour protection du vélo lors du transport (facultatif)

- Tube de rechange et pompe (si possible)
- Casque et gants (obligatoire)
- Vêtements d'extérieur pour le vélo selon la température. (Prévoir plusieurs rechanges)
- Vêtements de gymnase (espadrille, jogging ou pantalon court, t-shirt)
- Effet personnel (savon, pâte à dents)
- Collation personnelle (bons aliments)

Information : Jean-B. Saint-Laurent (843-6502)

Sylvie Cayer (624-8958)

Note : Les parents désirant accompagner leur(s) enfant(s) peuvent le faire , mais devront assurer leur réservation à l'auberge Château Bromont .( nous aviser S.V.P.) Aussi prendre note qu'il n'y aura pas d'entraînement le dimanche du Camp.

# Inscription – Super camp d’entraînement

## Club Lessard Bicycles 2008

### Modalités

Remplir et annexer au formulaire un chèque de **130\$** pour l’inscription au camp ainsi qu’un chèque de **25 \$** pour le dépôt de garantie. Comme nous allons dans une auberge, nous nous attendons à ce que les lieux demeurent propres et intacts. C’est un incitatif à la bonne conduite et au respect de la propriété d’autrui. De plus, le dépôt des 4 occupants de la chambre sera encaissé s’il y a un bris dans celle-ci. Si aucun bris n’est rapporté, votre chèque vous sera remis à votre retour.

**Chèques au nom du** : Club Lessard Bicycles en date du 17 avril 2008

*Note : Vous devez également remplir et remettre le formulaire suivant au plus tard le 17 avril 2008. Vous pourrez le remettre à la personne responsable présente lors des entraînements.*

**Important : Date limite d’inscription le 10 avril 2008.**

**À IMPRIMER ET À RETOURNER**

## **Inscription – Camp d’entraînement**

### **Club Lessard Bicycles 2008**

**Les conditions suivantes doivent être remplies pour être admis au camp d’entraînement.**

**Membre du Club Lessard Bicycles**

**Royauté 2008 payé**

**Membre de la FQSC**

**Le membre décharge de toute responsabilité le club pour tous bris d’équipement durant ce camp (vélo, casque ,maillot, etc...)**

**Info sur le vélo à transporter (marque, modèle et couleur) :**

---

**Nom du membre :**

**Catégorie :**

---

**Je soussigné (e) \_\_\_\_\_ accepte les règlements du Club Lessard Bicycles et remplit les trois conditions ci-dessus. Québec le : \_\_\_\_\_**

**Signature :**

**Autorité parentale :**

---