

Programme Basketball



Objectifs du programme

- Permettre aux jeunes possédant des aptitudes d'atteindre leur développement optimal sur le plan sportif et scolaire.
- Avoir du plaisir en pratiquant une activité physique.
- Permettre aux mordus du basketball de pouvoir vivre leur passion au maximum en les aidant à maintenir leur motivation scolaire.
- Augmenter la forme physique générale de nos athlètes (conditionnement physique, connaissance des bonnes méthodes de préparation et de récupération, nutrition).



Les entraîneurs

Éric Gagnon

Enseignant

entraîneur volet basketball

Erik Lagarde

Enseignant

entraîneur volet basketball

Sylvain Massé

Enseignant

entraîneur volet préparation physique

Bernard Tanguay Jr

Enseignant

entraîneur volet basketball

Centre d'entraînement
Centre sportif St-Noël-Chabanel
815, 2e rue
Secteur Iberville
Saint-Jean-sur-Richelieu

Responsable
Éric Gagnon
514-796-2434
eric.gagnon42@gmail.com

Adresse de correspondance
205, des Peupliers
Saint-Jean-sur-Richelieu

Programme Sports-Arts-Études **BASKETBALL** 2018-2019



En collaboration avec
la
**Commission Scolaire
des
Hautes-Rivières**

Résultats attendus du programme

- Sentiment de bien-être relié à la bonne forme physique.
- Augmentation de la confiance en soi.
- Motivation pour les études (le basketball étant un sport scolaire).
- Apprentissage des valeurs reliées aux sports (esprit d'équipe, persévérance, dépassement de soi, discipline). Valeurs qui sont facilement transposables dans plusieurs domaines de la vie de tous les jours, que ce soit comme étudiant ou comme adulte.



Informations générales

Clientèle visée et conditions d'admission

Pour l'année scolaire 2018-2019, les élèves de première à cinquième secondaire qui respectent les conditions suivantes pourraient être acceptés.

- Respecter les exigences académiques de la Commission scolaire.
- Posséder les aptitudes nécessaires et la motivation de bien performer.
- Respecter les exigences du programme de basketball.
- Faire partie d'une équipe de basketball d'une école de la Commission scolaire ou d'une équipe civile de la Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu.



Coût de l'inscription

2050 \$

Ces frais pourront être acquittés en deux, quatre ou huit versements.

Ces frais, pour l'année complète, incluent:

- Deux (2) heures d'entraînement par jour.
 - Entraînement de basketball en gymnase avec un entraîneur certifié.
 - Entraînement hors gymnase avec un entraîneur certifié (entraînement physique).
 - Blocs d'entraînement de 14h15 à 15h15 et de 15h20 à 16h30.
 - Pratique d'une autre activité sportive lors de semaines de cinq jours.
- ♦ Sorties reliées au programme (pratiques, parties d'équipes universitaires, etc), rencontre avec des professionnels.