

# DÉVELOPPE TON PLEIN POTENTIEL VIENS T'ENTRAÎNER AVEC LES MEILLEURS

## CHEERLEADING 6 À 16 ANS

Une occasion unique pour les jeunes adeptes de la discipline de développer leurs habiletés techniques et de s'améliorer en gymnastique en compagnie de l'une des meilleures équipes de cheerleading universitaire au Canada.

### AU PROGRAMME

- Préparation physique
- Séances de « stunts » (niveaux 1 à 4 selon l'âge et le niveau)
- Cliniques de flexibilité
- Séances de sauts
- Séances de gymnastique



**RESPONSABLE DE CAMP**  
Anne-Marie Therrien  
Anne-Marie en est à sa 3<sup>e</sup> saison au sein de l'équipe de cheerleading des Carabins. Lors de sa première année, elle a été nommée recrue de l'année. En 2015, elle a gagné la bannière provinciale avec son équipe.

## FOOTBALL 9 À 15 ANS

Pour les jeunes qui veulent découvrir la philosophie et l'environnement de l'équipe de football des Carabins, championne de la prestigieuse Coupe Vanier en 2014 et finaliste en 2015.

### AU PROGRAMME

- Perfectionnement des gestes techniques et intégration en situation de match
- Apprentissage des tactiques de jeu
- Préparation physique
- Ateliers théoriques et séances vidéo
- Tournoi de Touch Football



**RESPONSABLE DE CAMP et entraîneur des receveurs et des unités spéciales**  
Danny Desriveaux

Fort d'une carrière de 6 saisons en tant qu'athlète dans la Ligue canadienne de football (LCF), Danny a remporté 3 fois la coupe Grey : avec les Alouettes de Montréal et les Argonautes de Toronto. Il fait partie du personnel d'entraîneurs des Carabins depuis 2012.

## SOCCEER 10 À 15 ANS

### VOLET DÉVELOPPEMENT

L'option à privilégier pour les joueurs de soccer souhaitant profiter des compétences des équipes féminine et masculine de soccer des Carabins, qui figurent année après année parmi les prétendantes au titre national.

### VOLET PERFECTIONNEMENT

Un programme conçu spécifiquement pour les joueurs évoluant dans des équipes compétitives de niveaux AAA ou AA.

### AU PROGRAMME

- Perfectionnement des gestes techniques et intégration en situation de match
- Apprentissage des tactiques de jeu
- Préparation physique
- Ateliers théoriques et séances vidéo
- Simulations de match



**RESPONSABLE DE CAMP**  
Eduardo Herrera

Eduardo a joué durant 5 saisons avec l'équipe de soccer des Carabins. Ce défenseur étoile a remporté un championnat provincial et participé à 3 championnats canadiens avec les Bleus.

## VOLLEYBALL 9 À 16 ANS

### VOLET INITIATION // 9 À 11 ANS

Pour les jeunes qui veulent découvrir et expérimenter le volleyball, un programme d'initiation conçu selon les bases et les règles du mini-volleyball et comprenant plusieurs autres activités sportives.

### VOLET ÉLITE // 12 À 16 ANS

Programme spécialisé pour les jeunes volleyeurs qui souhaitent profiter des conseils du personnel des équipes des Carabins, reconnues pour leur excellence depuis une vingtaine d'années.



### RESPONSABLE DE CAMP

**Louis-Karl Pedneault**

Louis-Karl en est à sa 3<sup>e</sup> saison avec l'équipe de volleyball des Carabins. Ce joueur de centre de 6'9" étudie en éducation physique et santé et a participé à un championnat canadien avec les Bleus.

# DES PROGRAMMES DE QUALITÉ MIS SUR PIED PAR LES ENTRAÎNEURS-CHEFS CARABINS



### VOLLEYBALL // FÉMININ

**Olivier Trudel**

Associé avec les Carabins depuis 1999, Olivier a conduit l'équipe féminine à 8 titres provinciaux et 3 médailles canadiennes. Nommé entraîneur universitaire de l'année au Canada en 2008-2009, Olivier a également dirigé l'équipe canadienne à 3 reprises lors des Universiades, une compétition à l'échelle internationale.



### FOOTBALL

**Danny Maciocia**

Premier Québécois à diriger une équipe professionnelle, Danny a connu une brillante carrière de 14 ans dans la Ligue canadienne de football (LCF). À la suite de la victoire des Carabins à la finale nationale en 2014, il est devenu le premier entraîneur de l'histoire à remporter la Coupe Vanier et la Coupe Grey, celle-ci à 2 reprises.



### CHEERLEADING

**Alexandra Brassard**

Membre active de la formation en tant qu'athlète pendant 4 saisons, Alexandra est devenue l'entraîneure-chef au printemps 2015 après avoir fait partie du comité de l'équipe durant une saison. Athlète hors pair, elle a été élue à 2 reprises sur les équipes étoiles du RSEQ.



### SOCCKER // MASCULIN

**Pat Raimondo**

Premier Québécois à obtenir une licence « A » de l'Union européenne des associations de football (UEFA), Pat est également entraîneur national. Il a remporté 7 fois le titre d'entraîneur universitaire de l'année au Québec, et 2 fois au Canada. Il dirige l'équipe masculine des Carabins depuis ses débuts, en 2001.



# ÉCOLES CARABINS CAMPS SPORTIFS 6-16 ÉTÉ ANS 2016



cepsum

Université  
de Montréal

# ★ LA PASSION DE L'EXCELLENCE ★

Les Écoles Carabins, c'est l'occasion de vivre une expérience sportive unique en côtoyant les étudiants-athlètes universitaires et d'accéder à un enseignement de haut niveau. Grâce aux différents programmes conçus spécialement par les entraîneurs-chefs des Carabins et des installations sportives à la fine pointe, tu pourras développer ton potentiel sportif et éléver ton niveau de jeu.

**Et peut-être qu'un jour, tu deviendras un Carabin !**

Tu aimes les expériences intenses ? Tu veux côtoyer les meilleurs et dépasser tes limites ? Alors tu as ta place aux Écoles Carabins.

Inscrис-toi et fais partie de la famille, on t'attend.

## L'EXPÉRIENCE CARABINS

Avec des ratios réduits étudiant-athlète/enfants (1/6 en football et 1/10 dans les autres disciplines), tu recevras un suivi personnalisé et de vrais conseils te permettant de te perfectionner dans ton sport.

## LES ÉCOLES CARABINS INCLUENT :

- Un minimum de 4 h d'entraînement par jour
- L'accès aux installations et équipements sportifs du CEPSUM
- Une heure de bain libre par jour avec tremplins et glissades
- Une attestation de participation avec une fiche d'évaluation technique
- Un chandail et une gourde des Carabins



## CALENDRIER DES ÉCOLES

Le service de garde est inclus dans le prix des Écoles. Toutes les Écoles sont mixtes. Aucune taxe applicable.

	CHEERLEADING*	FOOTBALL	SOCER DÉVELOPPEMENT	SOCER PERFECTIONNEMENT	VOLLEYBALL INITIATION	VOLLEYBALL ÉLITE
295 \$	590 \$	330 \$	330 \$	330 \$	295 \$	330 \$
27 JUIN AU 1 <sup>ER</sup> JUILLET		9-11 ANS 12-16 ANS				
4 AU 8 JUILLET		12-13 ANS				
11 AU 15 JUILLET		9-11 ANS 14-15 ANS	10-15 ANS			
18 AU 22 JUILLET			10-15 ANS	10-15 ANS		
25 AU 29 JUILLET	6-8 ANS		10-15 ANS	10-15 ANS		
1 <sup>ER</sup> AU 5 AOÛT	6-8 ANS		10-15 ANS	10-15 ANS		
8 AU 12 AOÛT		12-16 ANS	10-15 ANS	10-15 ANS	9-11 ANS	12-16 ANS
15 AU 19 AOÛT						12-16 ANS

\* Pour participer à l'École Carabins de cheerleading, votre enfant doit avoir 6 ans au plus tard le 30 septembre 2016.

# INSCRIPTION EN LIGNE [CEPSUM.UMONTREAL.CA](http://cepsum.umontreal.ca) SUR PLACE OU AU 514 343-6160 INFORMATION AU 514 343-6150

2100, BOULEVARD ÉDOUARD-MONTPETIT, MONTRÉAL (QC) H3T 1J4  
 ÉDOUARD-MONTPETIT  
AUTOBUS 51, 119 ET 129

LE SUMMUM, C'EST LE CEPSUM !

Si tu as envie de t'améliorer dans le sport, mais à un niveau un peu moins intense, le CEPSUM offre aussi plus de 30 autres camps sportifs de différents niveaux et pour tous les goûts.

[cepsum.umontreal.ca](http://cepsum.umontreal.ca)



cepsum

