

CLINIQUE DE DÉVELOPPEMENT OPTIMIST – QUÉBEC



AU CLUB DE VOILE DEUX-MONTAGNES (CVDM), Vaudreuil-sur-le-Lac QC

LES 1, 2 ET 3 JUIN 2017

**Clinique ouverte à tous les coachs (1er juin),
et aux coureurs de tous niveaux d'Optimist
membres de CODA (2 et 3 juin)**



ORGANISÉ PAR L'ASSOCIATION CANADIENNE DE VOILE EN OPTIMIST (CODA)
AVEC LA COLLABORATION DU CLUB DE VOILE DEUX-MONTAGNES (CVDM)
ET LA FÉDÉRATION DE VOILE DU QUÉBEC (FVQ).

ENTRAÎNEUR EN CHARGE:

VENEZ AMÉLIORER VOS HABILITÉS EN OPTIMIST EN:



- perfectionnant vos manoeuvres
- comprenant les règles
- réfléchissant à la tactique
- lisant un plan d'eau

- Flor Siccardi
(Argentine)
head-coach Optimist
de Nouvelle-Écosse

POURQUOI? POUR ALLER PLUS VITE!

INSCRIPTION EN LIGNE
WWW.OPTICAN.ORG

Info et Inscription:
president@optican.org (CODA)
carmendenis@hotmail.com (CVDM)

Membership/Adhésion CODA
obligatoire pour les coureurs, recevez votre
nouveau t-shirt 2017 sur place!

➤ **Frais/Coureur: \$50**

➤ **Frais/Coach: \$50**

(gratuit pour coach inscrivant une équipe de 5 jeunes)



CLINIQUE DE DÉVELOPPEMENT OPTIMIST – QUÉBEC



AU CLUB DE VOILE DEUX-MONTAGNES (CVDM), Vaudreuil-sur-le-Lac QC

LES 1, 2 ET 3 JUIN 2017

**Clinique ouverte à tous les coachs (1er juin),
et aux coureurs de tous niveaux d'Optimist
membres de CODA (2 et 3 juin)**

VENDREDI 1er JUIN – CLINIQUE COACH

- 9:30 Accueil, Inscription tardif
- 10:00 Ouverture Clinique pour Coachs
- 10:15-4:15 Activités
- 4:15-7:30 Pratique sur l'eau avec Optis haute performance

SAMEDI 2 JUIN – CLINIQUE COUREURS OPTIMIST

- 9:30 Accueil, Inscription tardif
- 10:00 Ouverture Clinique pour coureurs Optimist
- 10:15-4:00 Activités
- 4:30-5:00 Debrief

SUNDAY JUNE 3 – CLINIQUE COUREURS OPTIMIST

- 9:30 Arrivée
- 10:00-4:00 Activités
- 4:30-5:00 Debrief



CANADIAN OPTIMIST DINGHY ASSOCIATION
ASSOCIATION CANADIENNE DE VOILE EN OPTIMIST



➤ **Frais/Coureur: \$50** ➤ **Frais/Coach: \$50**

(gratuit pour coach inscrivant une équipe de 5 jeunes)

 **INSCRIPTION EN LIGNE**
WWW.OPTICAN.ORG

Info et Inscription:
president@optican.org (CODA)
carmendenis@hotmail.com (CVDM)

Amenez vos coachs-boat. Possibilité de combiner 2 coachs/bateau.
Locations de coques Opti limitées 40\$/ jour.

