

**CLINIQUES POUR ADULTES**

L'Académie Head, c'est une approche innovatrice de sessions pour adultes, en groupe, qui vous permettra d'atteindre de nouveaux sommets de performance. Vous bénéficierez de l'enseignement de niveau 3 et 4 de l'Alliance des Moniteurs de Ski du Canada en plus d'avoir accès à nos skis démos Head 2010-2011 ainsi que notre salon des membres.

**horaire** le 11 et 12 décembre  
et du 18 décembre jusqu'au 20 mars

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
Session de 2 h AM ou PM	-	<b>61\$</b>
Membre 2 sessions/sem.	<b>419\$</b>	<b>482\$</b>
Carte 6 sessions	-	<b>299\$</b>
Membre illimité	<b>669\$</b>	<b>769\$</b>
Cliniques de bosses*	-	<b>299\$</b>

\*[intermédiaires à expert]  
6 samedis de 13h15 à 14h45 débutant le 12 février.



**NOUVEAUX THÈMES DE SESSIONS  
ACADÉMIE HEAD 2010/2011**

- > Comment s'entraîner, comment progresser...
- > L'importance du mental dans la performance
- > L'importance de l'équipement dans le succès
- > Le facteur physique
- > Comment utiliser l'environnement à votre avantage
- > Comment prendre de bonnes décisions tactiques
- > Comment skier sans effort
- > Comment créer un ski dynamique

**CALENDRIER  
ACADÉMIE HEAD 2010/2011**

<b>11 DÉCEMBRE</b>	Ouverture de l'Académie! Invitez un ami gratuitement*!
<b>18 DÉCEMBRE</b>	15 h : Rendez-vous à la boutique Sports Alpins à la base pour une rencontre des représentants Head, Rossignol et Dynastar pour la présentation des produits 2010/2011.
<b>26 OU 30 DÉCEMBRE</b>	<b>Camp d'entraînement période des fêtes</b> > Comment débiter votre saison du bon pied > Les étapes à suivre pour créer un entraînement de qualité > Élaboration de votre plan d'entraînement pour la saison > Stratégies pour développer vos habiletés
<b>JANVIER FÉVRIER MARS</b>	> Programme Folie des piquets > Programme spécifique Bosses > Entraînement spécial Interski avec JF Beaulieu et Dan Renaud > Les 3 à 5 Académie Head au Chouette-Bar > Série Académie Head : Courses pour adultes > Journées des membres > Souper Académie Head au Brez > Party Hot dog Académie Head.

\*promotion exclusive aux membres de l'Académie Head

**NOTRE PHILOSOPHIE  
D'ENSEIGNEMENT  
À L'ÉCOLE SPORTS  
DE NEIGE TELUS  
MONT-SAINTE-ANNE**

À l'École Sports de Neige TELUS du Mont-Sainte-Anne, nous croyons que la pierre angulaire d'un enseignement de qualité passe par une formation adéquate de notre personnel. C'est pourquoi nos moniteurs sont en formation continue quotidiennement avec les meilleurs formateurs au pays, afin de vous offrir une qualité d'enseignement à la fine pointe. Notre objectif : progresser autant au niveau de la glisse qu'au niveau pédagogique et vous transmettre le fruit de nos recherches. Nous sommes convaincus d'une chose : Le Plaisir, ça s'apprend! Il suffit de s'entraîner de la bonne manière. Nous travaillons très fort afin de simplifier le processus d'apprentissage et de le rendre amusant afin de vous donner de meilleures sensations de glisse. Notre équipe adore la glisse et désire partager ses connaissances avec vous. Je vous encourage à venir nous rencontrer afin de découvrir nos nouvelles méthodes d'enseignement. Que ce soit pour gérer votre peur, glisser sans effort, apprivoiser les pentes abruptes, les surfaces durcies, les bosses, la poudreuse, les courts rayons, nous avons de l'information qui vous permettra d'avoir plus de plaisir à pratiquer votre sport favori.

Le plaisir, ça s'apprend!

*JF Beaulieu*  
JF Beaulieu  
Directeur,  
École Sports de Neige TELUS Mont-Sainte-Anne

Comment puis-je m'inscrire aux programmes de saison de l'École Sports de Neige TELUS du Mont-Sainte-Anne?

- > **PAR INTERNET :** [soyezvite.com](http://soyezvite.com)
- > **PAR TÉLÉPHONE :** 418.827.4561 ext. 341
- > **PAR FAX :** 418.827.5931
- > **SUR PLACE :** Un kiosque de l'École adjacent au comptoir de l'information sera ouvert durant les fins de semaines du **18 septembre au 11 octobre 2010 de 9h à 16h**. De plus, notez que l'École sera ouverte **les fins de semaines à partir du 16 octobre, de 10h à 16h**.



**LES BILLETS DE REMONTÉES  
SONT OFFERTS À 50% DE RABAIS  
POUR LES ÉLÈVES INSCRITS  
À NOS PROGRAMMES DE SAISON.**

6 ANS OU MOINS	GRATUIT
7 À 12 ANS	180 \$
13 À 17 ANS	280 \$

Mont-Sainte-Anne

ÉCOLE  
SPORTS DE NEIGE  
TELUS™



2000 boul. du Beau-Pré, Beauport [Québec] G0A 1E0  
T 418.827.4579 | 1.888.827.4561  
[mont-sainte-anne.com](http://mont-sainte-anne.com) | [info@mont-sainte-anne.com](mailto:info@mont-sainte-anne.com)



**LE PLAISIR,  
ÇA S'APPREND!**

CREDITS D'IMPÔTS  
APPLICABLES

Mont-Sainte-Anne

ÉCOLE  
SPORTS DE NEIGE  
TELUS™

## PROGRAMMES DE SAISON ÉCOLE SPORTS DE NEIGE TELUS MONT SAINTE-ANNE

10 samedis ou dimanches  
débutant le 8 et le 9 janvier 2011

### PROGRAMMES RÉCRÉATIFS

Nos programmes récréatifs offrent une formation bien adaptée pour les jeunes de 3 à 15 ans de tous les niveaux. Confiez-nous votre enfant et nous respecterons notre engagement: **Sécurité, Plaisir, Apprentissage.**

#### > Classe Neige [ski seulement]

**horaire** **3 à 5 ans** samedi ou dimanche: 10h à 12h  
**6 à 14 ans** samedi: 10h à 12h ou 13h à 15h  
ou dimanche: 10h à 12h

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
3 à 5 ans	329\$	378\$
6 à 14 ans	295\$	339\$

#### > Camp jeunesse [ski seulement]

cours, repas et encadrement garderie inclus

**horaire** samedi ou dimanche: 9h à 16h

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
4 à 6 ans	529\$	608\$

#### > Jeune Journée [niveau novice et +]

**horaire** samedi ou dimanche: 9h30 à 14h30

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
7 à 15 ans	469\$	539\$

#### > Camp de Noël [27 au 30 décembre]

**horaire** 10h à 15h

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
7 à 15 ans	215\$	215\$

\*Tarif exclusif aux enfants inscrits à nos programmes de saison.

## NOUVEAU! PROGRAMMES JEUNES TALENTS 5-15 ANS



Nous avons développé trois nouveaux programmes spécialisés visant à mettre votre enfant au défi! Supervisés par un entraîneur chef, nos programmes Jeunes Talents offriront à votre enfant un entraînement à la fine pointe.

### PROGRAMME 1 Jeunes talents compétition [SKI SEULEMENT]

Notre programme Jeunes Talents Compétition offre un entraînement en parcours de slalom, slalom géant et éducatifs ainsi que deux compétitions amicales aux semaines 7 et 9 du programme entre les Jeunes Talents Mont-Sainte-Anne et ceux de Stoneham.

**âge** 5 à 15 ans  
**horaire** samedi seulement 9h30 à 14h30  
10h à 15h [Camp de Noël]  
**pré-requis** niveau minimum intermédiaire, skis parallèles

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
Jeunes Talents Compétition	499\$	574\$
Camp de Noël [27 au 30 décembre]	215\$	215\$

### PROGRAMME 2 Jeunes talents bosses [SKI SEULEMENT]

Votre enfant rêve à Alexandre Bilodeau... Notre programme Jeunes Talents Bosses s'adresse à lui! Le moniteur mettra au défi votre enfant dans les bosses, les sous-bois, les rayons courts et les sections abruptes afin de développer au maximum le talent de l'enfant.

**âge** 5 à 15 ans  
**horaire** samedi seulement 9h30 à 14h30  
10h à 15h [Camp de Noël]  
**pré-requis** niveau minimum intermédiaire, skis parallèles

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
Jeunes Talents Bosses	469\$	539\$
Camp de Noël [27 au 30 décembre]	215\$	215\$

**NOUVEAU!**  
Commandez l'uniforme Jeunes Talents [optionnel] disponible chez Sports Alpins pour seulement 149\$ [régulier 249\$].



### PROGRAMME 3 Jeunes talents freestyle [SKI OU PLANCHE]

Notre programme Jeunes Talents Freestyle offre un entraînement spécifique sur les modules du parc à neige avec un entraîneur spécialisé.

**âge** 7 à 15 ans  
**horaire** samedi seulement 9h30 à 14h30  
10h à 15h [Camp de Noël]  
**pré-requis** niveau minimum intermédiaire, skis parallèles

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
Jeunes Talents Freestyle	469\$	539\$
Camp de Noël [27 au 30 décembre]	215\$	215\$

### PROGRAMME SPÉCIALISÉ APPRENTI-MONITEUR

Vous rêvez de devenir moniteur! Notre programme Apprenti-moniteur vise à préparer l'apprenti à réussir le niveau 1 AMSC ou ACMS en plus de développer ses connaissances techniques et pédagogiques. S'adresse aux 14-15 ans, intermédiaire à expert.

**âge** 14-15 ans  
**horaire** samedi ou dimanche 9h30 à 14h30

	Tarif pré-vente jusqu'au 1 <sup>er</sup> déc.	Tarif courant après le 1 <sup>er</sup> déc.
Apprenti-moniteur*	469\$	539\$

\*26-27 déc. en formation, plus une journée à la fin des programmes et 10 semaines d'encadrement comme assistant moniteur.

