



Club de curling de Buckingham inc.
626, av. de Buckingham, C.P. 2833, Gatineau, QC, J8L 2X2
Téléphone : (819) 986-3781 Internet : curlingbuckingham.com
Courriel : clubcurlingbuckingham@gmail.com

Formation pour adultes débutants et intermédiaires Formulaire d'inscription 2025-2026 (Un formulaire par personne)

Ascension est un programme de 4 niveaux de 8 semaines chacun. Le but principal du programme est l'apprentissage des techniques de base du curling pour des gens âgés de 18 ans et plus visant un niveau récréatif. Les séances de formation sont d'une durée de 120 minutes et sont divisées en 4 parties : le temps d'apprentissage hors glace, le temps d'apprentissage sur glace, le temps de jeu ainsi que les étirements.

L'objectif final est de permettre à tous les participants de viser un niveau de jeu intermédiaire.

Pour les nouveaux membres, l'inscription au Niveau 1 donne droit à un rabais de 60 \$ sur le coût d'inscription à un des divers abonnements annuels offerts par le Club. Un rabais par personne. Nous recommandons de suivre le niveau 1 avant de vous inscrire dans une ligue.

| | Cochez (✓) | Coût |
|---|---|--------------------|
| Niveau 1 - Débutant <<Curling 101>> | | |
| Qui : Pour tous ceux qui n'ont jamais joué au curling et qui souhaite essayer et s'initier à ce sport. | | |
| Quoi : <ul style="list-style-type: none">● Orientation du jeu● Éthique● Terminologie● Position de base● Glissade avec stabilisateur● Types de lancer● Brossage ouvert● Stratégie de base | | 185 \$ |
| Niveau 2 - Débutant avancé <<Curling 201>> | | |
| Qui : Pour ceux qui connaissent la base mais qui veulent en savoir plus et se perfectionner. | | |
| Quoi : <ul style="list-style-type: none">● Révision de la position dans le bloc de départ● Brossage à deux● Communication et signaux● Contrôle de la pesanteur● Sorties● Stratégie de base et tolérance | | 185 \$ |
| Niveau 3 - Intermédiaires <<Curling 301>> | | |
| Qui : Pour joueurs de ligues qui savent jouer mais souhaitent améliorer leurs connaissances et leur technique. | | |
| Quoi : <ul style="list-style-type: none">● Glissade avec balai● Brossage fermé● Chronométrage et "timing"● Angles de frappe● Rôles des joueurs● Routines● Stratégie de poursuite, prudence et protection● Curling en tournoi | | 185 \$ |
| Niveau 4 - Intermédiaire avancé <<Curling 401>> | | |
| Qui : Pour joueurs réguliers intéressés par la compétition ou par l'amélioration de leur jeu | | |
| Quoi : <ul style="list-style-type: none">● Glissade en équilibre● Brossage en position fermée● Quatre points clés de la position de brossage● Juger et communiquer la vitesse● Stratégie intermédiaire● Établir un plan de match | | 185 \$ |
| Renseignements personnels | | |
| Prénom | Nom : | |
| Date de naissance : Jour _____ Mois _____ Année _____ | Genre (Cochez) Masculin <input type="checkbox"/> Féminin <input type="checkbox"/> Non-Binaire <input type="checkbox"/> Autre <input type="checkbox"/> | |
| Adresse : (Inscrivez votre adresse complète) * L'adresse courriel est importante pour les envois officiels. | | |
| No et rue | Ville | Code postal |
| Téléphone | Courriel * | |
| Mode de paiement | | |
| <ul style="list-style-type: none">● Remettre votre formulaire et votre paiement au préposé au bar ou au trésorier ou l'expédier par la poste à l'attention du Trésorier, avec un chèque à l'ordre du <i>Club de curling de Buckingham Inc.</i>● Le paiement au bar par Interac (carte de débit seulement) est possible.● Un reçu sera émis sur demande et pour les paiements comptants. | | |

Signature _____

Date : _____