

# Cheerleading

Club exclusif dans la région!

**Saison 2008-2009**

Du 4 octobre 08 au 16 mai 09

Inscription débutant le 25 août 2008

## Horaire

**Mini** 6-8 ans:

Dimanche : 10h00 à 11h15

Cout : 350\$\*

**Maxi** 9-11 ans :

Dimanche : 10h00 à 11h15

Cout : 350\$\*

**Junior** 12-14 ans:

Dimanche : 11h15-12h45

Mercredi : 18h00-19h30

Cout : 450\$\*

**Sénior** 15 ans + : **Cheerleaders officielles**

Dimanche : 11h15-12h45

Mercredi : 18h00-19h30

Cout : 450\$\*

Pour tous les niveaux les coûts incluent :  
28 semaines de cours

**Du 4 octobre 2008 au 16 mai 2008**

4 oct. 08 - 18 déc. 08 (11sem.)

10 janv. 09 - 27 fév.09 (7 sem.)

14 mars 09 - 16 mai 09 (10sem.)

(Pratiques du spectacle incluses et à prévoir)

\*Payable en un seul versement au moment de l'inscription.

Taxes non-incluses

*Rabais de 10% offert aux anciennes de 2007-2008*

**COMPLEXE  
SPORT ABSOLU**

450-358-6604

[www.sport-absolu.com](http://www.sport-absolu.com)

[www.cheerleadingquebec.com](http://www.cheerleadingquebec.com)

### Lors des séances d'entraînement :

Exigences pour tous :

- cheveux bien attachés, (queue de cheval)
  - uniforme d'entraînement :
  - Pantalon de danse noir.
    - ex : pantalon de style Aérobie ou yoga, stretch (pas de collant)
  - t-shirt unis blanc: niveau **mini et maxi**
  - t-shirt unis noir : niveau **Junior et sénior**
  - bas noirs
  - espadrilles de course ou multisports
  - Pas de bijoux (montres, bracelets ou accessoires)
- \* *Les pompons seront fournis par le Complexe durant la session.*

Les séances comprennent :

- Danse
- Souplesse
- Gymnastique
- apprentissage des pyramides
- routine et chorégraphie.

### **Plus...**

Une sélection sera faite parmi les participantes des catégories **junior et sénior** de la saison 2008-2009 afin de constituer l'équipe officielle qui représentera le Complexe Sport Absolu durant la période estivale.

**L'équipe officielle** offrira, sur une base volontaire, entre mai et septembre 2009, plusieurs prestations lors d'événements de la région, comme des festivals, et lors des tournois sportifs majeurs qui se tiendront sur le site du Campus Fort St-Jean.

\*Un dépôt de 75\$ sera demandé pour le costume des représentations spéciales.