



# Junior Program 2022– 2023

(aged between 10 and 18 year old)

**Time:** Saturdays from 9:30 am to 11:00 am

## **Dates**

October 22, 29

November 5, 12

December 3, 17 Jeux du Québec qualifications

January 7, 14, 21, 28

February 4, 11

March 4, 11, 18, 25

April 1, 15

## **Co-ordinator**

Martin Vaillancourt (514) 637-9521 [info@lachinecurling.com](mailto:info@lachinecurling.com)

**Cost:** \$125,00/person. This includes Curling Québec fees. Payment is due on October 17<sup>th</sup>.

**Clothing:** All participants should wear loose fitting clothing which is lint-free. We strongly recommend that all participants wear head protection (obligatory for less than 12 years old). There is head protection made specifically for curling but a hockey or ski helmet will suffice.

**Footwear:** Participants must wear clean running shoes which have not been worn outside. The Club will provide Teflon sliders. Proper curling shoes will definitely improve performance. We have a limited supply of used curling shoes which have been donated by Club members. It will also be possible to purchase new curling shoes at the Club at a discounted price.



# Programme Junior 2022– 2023

(âges requis entre 10 ans et 18 ans)

**Heure:** Samedi de 9h30 à 11h00

## **Dates**

Octobre 22, 29

Novembre 5, 12

Décembre 3, 17 Qualifications Jeux du Québec

Janvier 7, 14, 21, 28

Février 4, 11

Mars 4, 11, 18, 25

Avril 1, 15

## **Coordonnateur**

Martin Vaillancourt (514) 637-9521

[info@lachinecurling.com](mailto:info@lachinecurling.com)

**Coût:** 125,00 \$/personne. Ceci inclus les frais de Curling Québec. La date limite pour les frais d'inscription est le 17 octobre.

**Vêtements:** Tous les participants et participantes devraient porter des vêtements amples libres de charpies (moutons). Nous recommandons fortement à tous les juniors de porter une protection pour la tête (obligatoire pour les 12 ans et moins). Il y a des protections spécialement conçues pour le curling, mais un casque de ski ou de hockey est tout aussi efficace.

**Chaussures:** Les participants doivent porter des espadrilles propres qui n'ont pas été portés à l'extérieur. Le Club fournira des glisseurs en téflon. Des chaussures de curling amélioreront sans aucun doute les performances. Nous avons une quantité limitée de chaussures de curling usagés qui ont été donnés par les membres du Club.

