

Invitation

Journée de remise en forme
du curling à Lausanne, le
22 ou 24 septembre 2007



ESC Lausanne

L'école suisse de curling de Lausanne vous propose une nouvelle formule de séminaire de mise en forme.

Programme:

Echauffement, contact avec la glace, sliding libre, sliding sur balai, balayage en groupe, jouer pierre en draw. Pause 20' présenter le DVD.

Match, organiser l'équipe, conseiller sur certaines erreurs.

Dates :

Samedi 22 septembre 2007

Début : 13 h 30 précise

Fin : environ 17 h 00.

Lundi 24 septembre 2007

Début : 18 h 30 précise

Fin : environ 22 h 00.

Lieu

Halle de curling (bâtiment la Nautique) du
Curling Club Lausanne Olympique
Chemin des Pêcheurs 7
1007 Lausanne-Ouchy

Prix

Fr. 30.00 par séminaire,

Délai d'inscription

15 septembre 2007

Cheffe de cours, samedi 22 septembre

Carine Mattille

Cheffe de cours, lundi 24 septembre

Béatrice Meier

Inscriptions

Christian Wyttenbach

Natel 079 – 784 29 66

fax 021 – 943 62 85

Mailto ; ecole@lausanne-olympique.ch

Vous pouvez sans autre copier et transmettre cette invitation à vos amis.

PS. il n'y aura aucun courrier de confirmation.

Inscription séminaire remise en forme

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NP / Lieu _____

Tél. privé _____

Tél. prof. _____

Fax _____

Jour : **samedi 22 septembre 2007** _____ **lundi 24 septembre 2007** _____

Année de naissance _____ Date / Signature _____