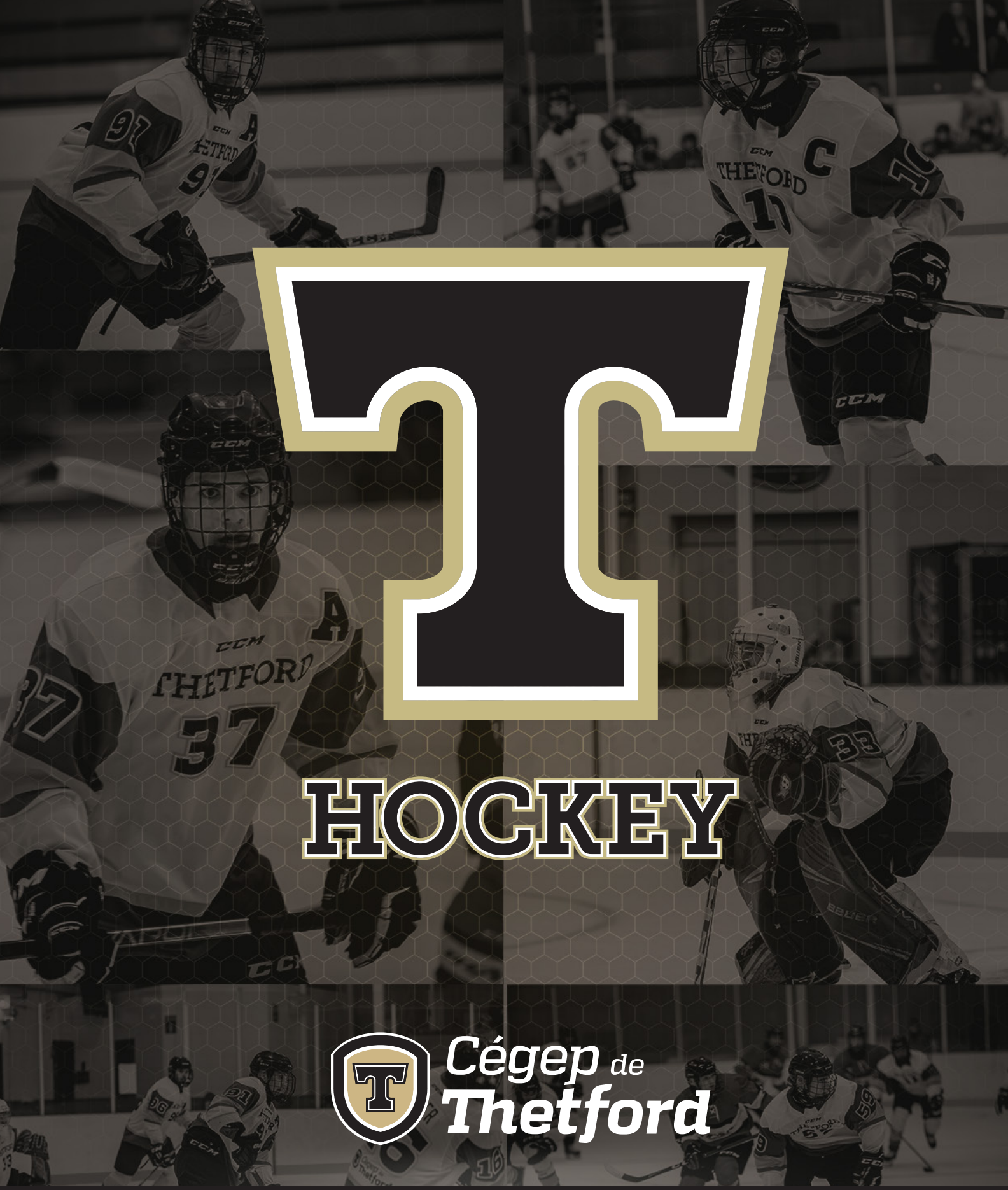

HOCKEY

Cégep de Thetford

> PROGRAMME DE HOCKEY DIVISION 2 <

FILONS
DE THETFORD
DIVISION 2

Les Filons, c'est le nom des équipes sportives qui représentent le Cégep de Thetford depuis plus de 30 ans. Grâce à la réputation d'excellence du Cégep et la qualité de son programme sportif, des étudiants de partout au Québec et même de l'international choisissent, chaque année, de joindre les équipes du Cégep de Thetford.

HOCKEY

Les Filons Hockey évoluent au sein de cette ligne depuis 8 ans. Les joueurs n'ont qu'un seul but : rivaliser avec les autres équipes pour l'ultime titre de champion. Pour y arriver, le programme de hockey du Cégep de Thetford offre à ses athlètes un grand nombre de services d'encadrement.

HOCKEY

UN CÉGEP 100% SPORTIF!

LES JOUEURS PEUVENT COMPTER SUR :

- 1 entraîneur à temps plein et 1 entraîneur à mi-temps hautement qualifié
- 3 pratiques par semaine
- Des experts en conditionnement physique qui fournissent aux athlètes un programme de préparation et d'entraînement annuel adapté à leurs besoins
- Un spécialiste en psychologie sportive qui vise à optimiser la préparation mentale et l'attitude des joueurs
- Un physiothérapeute attitré aux sports
- Équipement de qualité, fréquemment renouvelé
- Des rencontres individuelles avec les entraîneurs
- Des sessions et rapports vidéo personnalisés pour chaque joueur avec la plateforme In Stats
- Accès gratuit à la salle d'entraînement
- Des pensions en milieu famillial proposées

TA RÉUSSITE SCOLAIRE, NOTRE PRIORITÉ

Au Cégep de Thetford, des employés compétents et dévoués seront disponibles pour t'aider à te réaliser et assurer ta réussite scolaire.

- Suivi quotidien par un responsable de l'encadrement scolaire
- Séance d'étude obligatoire toutes les semaines
- Tutorat par les pairs pour les étudiants qui ont des difficultés
- Entraînements intégrés à l'horaire des cours
- Soirées libres, les parties sont la fin de semaine

Taux de réussite de nos étudiants hockeyeurs

2019-2020

92 %

Taux supérieur aux autres étudiants du Cégep de Thetford

NOS INSTALLATIONS UNIQUES

CENTRE SPORTIF RENAUD-FOURNIER

L'équipe de hockey s'y entraîne et y dispute ses matchs. L'aréna peut accueillir 1000 spectateurs.

SALLE DE CONDITIONNEMENT

Réservée exclusivement aux joueurs des Filons, cette salle de conditionnement contient tous les appareils nécessaires pour assurer ton développement en tant qu'athlète.

CAPS

C'est ton Centre d'activités physiques et sportives par excellence. Tu pourras t'y entraîner et recevoir des services encadrés par des professionnels de la santé.

RÉSIDENCES

Il y a 5 résidences sur le terrain du Cégep qui accueillent plus de 130 étudiants. Chaque appartement comporte 2-3 ou 4 chambres et tout est inclus : réfrigérateur, cuisinière, table de cuisine, chaises, lits simples, matelas et bureaux de travail. Le prix comprend l'électricité, le service Internet et le service de câble. Des laveuses et sécheuses sont également disponibles à coût modique.

MARC-ANTOINE PÉPIN

Gradué avec les Cataractes de Shawinigan

A participé au Camp des Maple Leafs de Toronto en 2019

LES ANCIENS

C'est avec fierté que les Filons ont contribué à développer plusieurs espoirs qui évoluent ou ont évolué dans la LHJMQ ou au niveau universitaire :

U SPORTS et NCAA

David Toppa	Royal Military College
Justin Perron	Nicholls College
Patrick Johnston	Plattsburgh
Steven Mercier	UQTR

LHJMQ

Alexandre Nadeau	Victoriaville
Justin Lazure	Cape Breton
Thomas Sigouin	Sherbrooke
Rafael Audet	Rimouski
Marc-Antoine Pépin	Shawinigan
David Provencher	Sherbrooke
Jérémy Bérubé	Moncton
Christophe Chiasson	Rimouski

Camp professionnel et Europe

Marc-Antoine Pépin	Maple Leafs de Toronto
Vincent Perron	Marseille - France

Filons division 1

D'autres joueurs de l'équipe division 2 ont eu la chance se de tailler une place avec les Filons en division 1 au cours de leur parcours : Jérémy Boulanger et Samuel Baillargeon.

UN PERSONNEL D'ENTRAÎNEURS COMPÉTENTS

Les Filons sont fiers de compter sur une équipe d'entraîneurs compétents et passionnés ayant remporté certains des plus grands honneurs que ce soit à titre de joueurs ou d'entraîneurs. Puisque la ligne est mince entre la victoire et la défaite, les petits détails deviennent alors très importants. Les Filons ne ménagent donc aucun moyen afin de se doter du meilleur groupe d'entraîneurs.

TOBY LAFRANCE
ENTRAÎNEUR-CHEF

Ancien joueur professionnel

Entraîneur-adjoint Midget AAA Cantonniers de Magog

Entraîneur des Carnicas de Magog

Ancien joueur de la LHJMQ avec les Tigres de Victoriaville, aux États-Unis dans les ligues East Coast (ECHL) et Central (CHL) ainsi qu'en France dans la ligue Magnus.

CLAUDE CLOUTIER
ENTRAÎNEUR-ADJOINT

3e année comme entraîneur-adjoint

Entraîneur-chef au hockey mineur pendant plus de 20 ans

DES PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ SUR PLACE

Pour les Filons, la sécurité des joueurs apparaît tout au haut de la liste des priorités. C'est pour ce faire que l'équipe compte sur la présence de professionnels de la santé.

Qu'il s'agisse de médecins, de physiothérapeutes, de préparateurs physiques ou autres, ces professionnels s'assurent de dispenser les meilleurs soins aux athlètes. Des protocoles stricts sont d'ailleurs établis et se doivent d'être observés avant qu'un joueur blessé ou ayant reçu un contact ne revienne dans la mêlée.

En ce sens, les Filons ont développé, en partenariat avec de réputés spécialistes, un protocole de gestion des commotions cérébrales digne des plus grandes organisations.

Par ailleurs, en plus de faire bénéficier les joueurs des meilleures pièces d'équipement disponibles sur le marché, un programme d'entraînement spécifique est conçu afin de réduire les risques de blessures.

UNE ÉQUIPE MULTIDISCIPLINAIRE

Outre l'accès à des professionnels de la santé afin de prévenir ou de soigner les blessures, c'est à toute une équipe de spécialistes de divers domaines à laquelle ont droit les athlètes. Ainsi, qu'il s'agisse d'un préparateur physique qui proposera un programme d'entraînement spécifique permettant le développement de l'athlète sur une base annuelle ou d'un physiothérapeute qui s'assurera de recommander les exercices appropriés, rien n'est négligé pour offrir aux joueurs tous les services nécessaires.

L'aspect académique n'en est pas délaissé pour autant et s'avère un incontournable puisqu'un suivi rigoureux est exercé. Les étudiants ont ainsi l'opportunité de compter sur des séances d'études supervisées et sont accompagnés afin de réussir le nombre prédéterminé de cours pour assurer leur éligibilité, et ce, en conformité avec les règles établies par le Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ). Pour les aider dans cet objectif, une vigie constante est exercée et les ressources nécessaires, qu'il s'agisse des enseignants, des employés de la direction des études, dont les conseillers pédagogiques, conseillers en orientation ou autres, sont mises à la disposition des étudiants.

UNE IMAGE DE MARQUE

Quiconque souhaite un jour arborer les couleurs des Filons apprendra tout le respect qu'il devra porter au logo et à l'uniforme noir et or.

Que ce soit sur le terrain, dans le Cégep, ailleurs dans la ville ou à l'extérieur, c'est en tant que fiers représentants et ambassadeurs du Cégep de Thetford que les joueurs ont le devoir de se rappeler leur engagement envers l'organisation. Outre l'uniforme officiel, des vêtements d'entraînement et de sortie portés par les joueurs, tout comme la flotte de véhicules aux couleurs de l'équipe et servant à transporter joueurs et entraîneurs, font en sorte de projeter une image professionnelle.

C'est aussi avec fierté que chacun devra défendre le logo de l'équipe illustré par le fameux T qui rappelle non seulement le nom de la ville, mais qui se veut aussi l'abréviation de « Tu es » comme « Tu es Filon », « Tu es Cégep de Thetford », « Tu es hockey ».

HOCKEY

Cégep de Thetford

CONCILIATION SPORTS-ÉTUDES

Ayant à coeur le succès académique de ses athlètes, le Cégep de Thetford s'assure d'offrir à ceux-ci toutes les chances de réussite. C'est ainsi que les horaires d'entraînement sont adaptés en fonction des heures de cours.

Alors qu'un pré-camp se déroule en mai et août, la saison débute en septembre pour se conclure au printemps avec les séries éliminatoires. Si les études et le sport cohabitent pendant toute l'année, le calendrier sportif fait relâche en décembre et avril. Ainsi, les athlètes peuvent se consacrer exclusivement aux études et au rattrapage scolaire, si nécessaire.

Les coûts 2022-2023

- Inscription au hockey
  - Division 1 : 3 100 $
  - Division 2 : 2 450 $
- Inscription scolaire :
  environ 250 $ par session
- Hébergement (en résidence) :
  environ 280 $ par mois
- Vignette de stationnement :
  environ 130 $ par année
- Livres : selon le programme choisi
- Repas : selon la situation du joueur

Il est également possible d'être en pension familiale pour 150 $ par semaine (hébergement et repas inclus)

Ce qui est inclus

- Programme vestimentaire étalé sur 4 saisons : sac, t-shirt, short et survêtement
- Équipement extérieur : casque, gants, culottes et 3 bâtons
- Transport et hébergement sur la route
- 2 billets de saison pour la famille ou pension.
- Abonnement au CAPS
- Accès aux spécialistes de l'équipe : médecin, physiothérapeute, etc.
- Encadrement et tutorat par les pairs
- Programme d'entraînement spécialisé : spinning, plyométrie et yoga
- Repas après les matchs à l'extérieur
- 1 tournoi aux États-Unis

ÉTUDIANT D'UN JOUR

Tu pourras découvrir notre Cégep, rencontrer nos enseignants et employés qui t'expliqueront tout ce que tu souhaites savoir sur nos différents programmes et services.

Viens nous rencontrer!

Cégep de Thetford

POUR EN SAVOIR PLUS

Toby Lafrance - Entraîneur-chef

tlafrance@cegepthetford.ca

Cell : 819 861-2902

Alain Rajotte, responsable des sports

418 338-8591, poste 254

arajotte@cegepthetford.ca

www.lesfilons.ca/hockey