

SHEO

c/o Ottawa District Hockey Association
1247 Kilborn Place, Suite D300
Ottawa, ON K1H 6K9

**HLEO**

Web Site: <http://www.sheo.ca>
Email: sergel@sheo.ca

Le 26 septembre 2011

Ouverture de la saison de hockey sur luge à Ottawa

Ottawa, Ontario – l'association de Hockey sur luge de l'est Ontarien (HLEO), basé à Ottawa, tiendra sa première visite libre (Open House), débutera ses pratiques et ses parties de sa ligue de maison la fin semaine du 30 septembre prochain. Plusieurs joueurs, ceux qui reviennent et ceux qui commencent, sont impatients d'aller sur la glace dans leurs luges et de raffermir leurs habilités au début de la saison de hockey. Le 2 octobre, nous tenons une «visite libre» pour présenter le sport à de nouveaux joueurs et avons également invité une équipe de hockey (debout) Midget AAA à essayer de jouer notre sport avec nos joueurs intermédiaires. Par conséquent, nous invitons les gens sont intéressés à apprendre plus au sujet de devenir impliqués dans ce sport intéressant à venir nous voir et à consulter le site internet du HLEO à : <http://www.sheo.ca>. Le programme des événements d'ouverture de la saison est décrit ci-dessous en plus de détail.

Début de la Ligue-maison du HLEO – Venez les voir jouer !

Date: 30 septembre 2011, 05h30pm-09h30pm

Location: Réception et patinoire Walkley, Aréna Jim Durrell, 1264 ch. Walkley. Ottawa



Ligue-maison : 05h30pm-09h30pm

- 5h30pm to 7h30pm : Ligue-maison et enregistrement des Intermédiaires
- 6h30pm to 6h45pm : Réchauffement de l'équipe
- 6:45pm-9:20pm :

Parties / Jeux libres pour les joueurs enregistrés dans la Ligue-maison

Junior/Novice, Intermediate, Open-House, and Exhibition Game

Date: 2 octobre 2011, 10h30pm-03h30pm

Location: Réception et patinoire Walkley, Aréna Jim Durrell, 1264 ch. Walkley. Ottawa



Juniors/ Débutants : 10h30am-01h30am

- 10h30am to 11h15am: Enregistrements des Juniors et Débutants
- 11h30am to 12h00pm : Réchauffement and ajustements d'équipement
- 12h00pm-13h15pm: **Visite libre and Pratique des Juniors et Débutants**



Intermediates : 12h30pm-03h30pm

- 12h30pm to 13h15pm: Enregistrements des Intermédiaires
- 13h30pm to 14h00pm: Réchauffement and ajustements d'équipement
- 14h15pm-15h15pm:

Partie d'exhibition: Vs. Eastern Ontario Wild AAA Minor Midget

Contacts pour les médias :

Cathryn Kallwitz, catkall@gmail.com, (613) 447-3053
Serge Lavoie, sergel@sheo.ca, (613) 837-7624 (Français)

Voir la page 2 à propos des divisions du HLEO

... / 2



Divisions and Équipes du HLEO :

Juniors / Débutants



Le programme des **Juniors et Débutants** implique habituellement des joueurs aussi jeunes que 3 ans, jusqu'à 16 ans. Le programme fonctionne pour instruire les enfants et les nouveaux joueurs plus âgés sur les fondations du hockey sur luge. Au début de la saison, on enseigne aux joueurs les techniques de manœuvres appropriées, la manipulation des bâtons, et le patinage. Quant ils progressent dans leur entraînement, les joueurs commencent à travailler sur leur positionnement durant le jeu, la manipulation de la rondelle, les passes et les lancers.

Intermédiaires



Le but des entraîneurs et des instructeurs est de faire apprendre aux joueurs dans une atmosphère amusant tout en leur donnant une vraie séance d'entraînement. Les joueurs juniors/débutants restent habituellement dans le programme jusqu'à ce qu'ils atteignent un mélange approprié d'âge et d'habiletés avant qu'ils graduent au de niveau **intermédiaire** où ils jouent et pratiquent avec des joueurs avec des habiletés de hockey plus avancées, et participent à des parties plus concurrentielles.

Ligue senior



D'autres occasions de compétition existent également pour que les intermédiaires qui jouent 1 à 2 parties dans notre **Ligue-maison** la plupart des vendredis, et certains participent à des parties fortement plus concurrentielles à travers l'Ontario, le Québec et les États-Unis dans notre équipe de la **Ligue senior** qui s'appellent les « Sledgehammers d'Ottawa ».

Contacts pour les médias :

Cathryn Kallwitz, catkall@gmail.com, (613) 447-3053
Serge Lavoie, sergel@sheo.ca, (613) 837-7624 (Français)

Site internet : <http://www.sheo.ca>