



www.cpalegardeur.com

Le Guide du patineur

2017-2018

 **Repentigny**
S'épanouir

TABLE DES MATIÈRES

Membres du C.A. du C.P.A. Le Gardeur.....	
Liste des entraîneurs.....	
Calendrier des évènements	
Horaire de la saison.....	
Pré-requis par catégories	
Qu'est-ce que le C.P.A. Le Gardeur.....	
Règlements de la patinoire.....	
Programme patinage-plus	
Programme patinage Star	
Programme patinage de Compétition	
Patinage Synchronisé	
Assistant de Programme et aide pré-requis	
Spectacle sur glace.....	
Infos Parents	
Rôle des Parents	
Liens utiles	

Votre Comité

**C.P. 64010 Succ. LeGardeur
LeGardeur, Québec J5Z 4R4
450-582-1186**

Club no. 1001239 Date de constitution 1^{er} octobre 1982

Aréna de Le Gardeur, 525, Laverdière, Repentigny

Site Internet : <http://www.cpalegardeur.com>

- Président **Stéphane Cayer**
stecayer@bell.net
- Vice-présidente **Monique Potvin**
momybill@hotmail.com
- Trésorière **Chantal Masse**
chantalmassemaheu@hotmail.ca
- Secrétaire **Lyne Bonin**
lynebonin@videotron.ca
- Directrice Assistant programme **Julie Darveau**
darv@videotron.ca
- Directeur junior **Marc Beauparlant**
marc.beuparlant@icloud.com
- Directrice P. Plus **Sylvie Guay**
mamansvie2002@gmail.com
ccasmol@gmail.com
- Directrice Intermédiaire **Chantal Langevin**
mamansvie2002@gmail.com
- Directrice Sénior **Sylvie Guay**
lynebonin@videotron.ca
- Directrice Tests & Compé. **Lyne Bonin**
ccasmol@gmail.com
- Représentante des entraîneurs **Chantal Langevin**
Stefe14@hotmail.com

LISTE DES ENTRAÎNEURS CPA LE GARDEUR

No	Nom	Téléphone	Niveau	PFC
1	Gina Cornellier	450-585-0954 gicornellier@gmail.com	3	
2	Manon Maurice	450-585-7263 manonmaurice@videotron.ca	3	argent
3	Nathalie Marcil	450-657-6653 nathaliemarcil06@sympatico.ca	3	
4	Nathalie Leclerc	514-234-0181 nathalieleclerc@hotmail.com	3	Or
5	Pascal Denis	514-238-1981 pascal_denis75@hotmail.com	3	
6	Josée Piché	450-470-1993 jpiche8@hotmail.com	3	
7	Manon Lafortune	450-582-3617 skatingmini@gmail.com	3	Or
8	Josée Alarie	450-581-7478 josee.alarie@tetrattech.com	2	
9	Marie-Eve Sabo	450-589-3097 marieeve.sabo@bell.net	3	
10	Jennifer Poulin	450-416-1720 jpoulin21@hotmail.com	2	
11	Stéphanie Rioux	450-582-2938 stefe14@hotmail.com	1	
12	Anne-sophie Laurence	438-826-1542 anne-sophie.laurence@hotmail.com	2	argent
13	Marie-Pier Amyot	514 625-1630 450 654-4488 marie-pier.amyot@videotron.ca	1	bronze
				4

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS



DÉBUT DE LA SAISON 5 septembre 2017
Fin de la Saison régulière 24 février 2018



1^{re} session de test octobre 2017
2^e session de test février 2018



Fête d'Halloween 28 octobre 2017

Fête de Noël 18 décembre 2017



Soirée spaghetti 10 février 2018 à confirmer



Invitation Lanaudière 16-17 et 18 février 2018



Spectacle sur Glace 7 Avril 2018 (13h et 19h)

*******Horaire Saison*******
(Horaire sujet à changement selon les besoins)

**** Écoles avancées entrainement dit OUVERT**

MARDI

17:00 à 18h10 **JUNIOR**
18 :10 à 19 :25 **INTERMÉDIAIRE**
19:25 à 19:35 Glace
19:35 à 20:50 **SÉNIOR**

MERCREDI

17:00 à 17:50 **SÉNIOR**
17:50 à 18:50 **RYTHMIKS Synchro**

VENDREDI

16:30 à 17:20 **JUNIOR/INTER**

SAMEDI

Sénior

7 :00 à 7 :20 **Patrons moteurs pour tous (hors-glace)**
7 :30 à 9 :05 **SÉNIOR**

9 :05 à 9 :15 **Glace**

9 :15 à 10 :00 **PATINAGE PLUS GROUPE 1 (ÉTAPE 0-1 ET 2)**

10 :00 à 11 :25 **PATINAGE PLUS GROUPE 2 (ÉTAPE 3-4 ET 5)**

10 :45 à 10 :55 **pause (réfection glace)**
10 :55 à 11 :25 **retour glace Patinage plus Groupe 2**

Intermédiaire

10 :55 à 11 :15 **patrons moteurs pour tous (hors-glace)**
11 :25 à 12h50 **INTERMÉDIAIRE**

12 :50 à 13 :00 **Glace**

Junior

12 :30 à 12h50 **patrons moteurs pour tous (hors-glace)**
13 :00 À 14 :20 **JUNIOR**

QU'EST-CE QUE LE CPA LE GARDEUR? HISTORIQUE :

Le Club de Patinage Artistique de Le Gardeur amorce cette saison sa 35^{ème} année et présentera la 25^{ème} édition de son spectacle. Nous avons près de 170 patineurs à chaque année. Ceux-ci sont âgés de 3 ans à 20 ans.

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION (C.A.)

Pour gérer le tout et voir au bon fonctionnement du Club, il y a les membres du C.A. du C.P.A. Le Gardeur. Ils se font un devoir de protéger les statuts amateurs de leurs membres. Ils prennent les sanctions nécessaires, lorsqu'il le faut, tout en s'assurant qu'elles soient respectées. Ils se doivent de donner les meilleurs services professionnels possibles, tout en maintenant le coût des inscriptions et autres le plus bas possible. Tous les membres du C.A. sont des parents de patineurs, bénévoles, élus par les membres du Club lors de l'assemblée générale annuelle.

Le C.A. du C.P.A. Le Gardeur est formé d'un président, d'un vice-président, d'un trésorier, d'une secrétaire, de six directeurs et d'un représentant des entraîneurs. Des élections sont tenues lors de l'assemblée générale annuelle du Club ou chaque membre actif, représenté par un parent dans le cas des enfants mineurs, est invité à y assister pour se prévaloir de son droit de vote. Les mandats sont d'une durée de deux ans.

Les postes attribués aux directeurs sont distribués par les membres du C.A. en tenant compte des goûts personnels de chacun, des préférences et des compétences requises pour exercer le poste assigné.

Tous les membres du C.A. sont des personnes qui travaillent bénévolement, donc qui méritent le respect, de la part de leurs membres (parents, patineurs)

Il n'est pas facile d'être bénévole de nos jours, mais nos bénévoles trouvent le temps. Ils recueillent les informations et les redistribuent aux membres. Nous vous invitons à consulter régulièrement le babillard vitré situé dans l'entrée de l'aréna ou notre site Internet www.epalegardeur.com, car des communiqués aux parents y sont affichés tout au cours de l'année.

PROGRAMME Patinage Plus (P.P.)

Programme de Patinage Canada obligatoire depuis septembre 2014 pour info consultez le site de Patinage Canada sous l'onglet Patinage Plus.

Nouveau programme en application depuis septembre 2012 au club pour plus d'informations voir un responsable du club.

Ce programme invite l'enfant à apprendre par le jeu (De nombreux accessoires sont utilisés sur la glace de façon à favoriser les apprentissages)

Votre enfant est évalué sur une base régulière par l'entraîneur responsable de la supervision des groupes. Lorsque l'enfant maîtrise tous les éléments requis pour franchir une étape, il reçoit un écusson qu'il peut apposer sur les manches de son gilet (un faufilage permettra à l'écusson d'être bien fixé et il ne tombera pas au lavage).

Les patineurs du P.P. reçoivent l'enseignement par des Entraîneurs professionnels aidés par des Assistants de Programme. Les Assistants de Programme sont des patineurs plus avancés, âgés de 12 ans et plus et ayant suivi une formation spécifiquement conçue pour l'enseignement du programme.

Un entraîneur professionnel assure la supervision de l'ensemble des groupes et des Assistants de Programme. Il évalue les patineurs et prodigue de l'enseignement.

Le pré-intensif pour ceux qui veulent apprendre à patiner.

Le programme est populaire auprès des garçons qui peuvent venir apprendre par le jeu et acquérir les bases du patinage tout en ayant des patins de hockey. Ce programme se veut d'ailleurs un tremplin de base pour l'ensemble des sports de glace (ringuette, patinage de vitesse, hockey, patinage artistique).

Pour information s'adresser au local du club.



COSTUME PATINAGE PLUS

Vous pouvez vous procurer en tout temps le costume du Patinage Plus et du Pré-Intensif **Chez Devault sport**

Chandail coton ouaté noir avec logo du club (fille)

Jupe couleur framboise (fille)

Pantalon noir coton ouaté (garçon)

Chandail style hockey noir (garçon)

Casque de hockey (homologué CSA) tous (étape 5 et moins)

- Prendre note que le pantalon pour les garçons peuvent être fournis par les parents en autant qu'il soit entièrement noir

Vous pouvez vous procurer	Au local du CPA	
Gants		5.00 \$
Protèges lames en tissus.....		8.00 \$
Serviettes.....		4.00 \$
Épinglettes.....		5.00 \$

De plus, chaque enfant doit avoir des mitaines ou gants bien identifiées de façon à être au chaud durant l'entraînement. Pour les patineurs (étape 5 et moins) le port du casque de hockey accrédité CSA est obligatoire (règlement patinage Canada, août 2011)

Voir le responsable à cet effet au local du CPA.

N.B. : Si vous avez des questions au sujet du développement de votre enfant, toujours vous adresser à un responsable du comité non à l'entraîneur ou à l'assistant de programme.

QU'ARRIVE-T-IL À LA FIN DE LA RÉUSSITE DE TOUTES LES ÉTAPES ?

Une fois les étapes du Patinage Plus franchises, votre enfant devient un patineur de niveau star. Il peut maintenant accéder au programme patinage star.

Patinage Star

C'est à ce moment que vous devrez choisir un entraîneur professionnel qui lui donnera des cours privés; les cours de groupe étant terminés.

Ce sera à vous de déterminer la durée du cours privé que vous désirez offrir à votre enfant durant sa session de patinage.

Il est de la responsabilité du parent de voir à réserver lui même l'entraîneur de son choix; préférablement avant l'été. En aucun temps, le CLUB ne sera responsable de la non disponibilité de ces derniers.

À ce moment, vous devrez inscrire votre enfant au club et les frais d'inscription ne comprennent pas les frais des entraîneurs professionnels. (Prévoir généralement de 45 minutes à 1 heure 30 par semaine de cours avec entraîneur).

LES LEÇONS PRIVÉES SE PAIENT DIRECTEMENT À L'ENTRAÎNEUR PROFESSIONNEL:

Tous les Clubs ont différents entraîneurs professionnels qui demandent différents salaires (voir la liste à la page 4). Tous les entraîneurs ont des aptitudes et des compétences différentes, à vous d'en discuter auprès de ceux-ci. Les niveaux des entraîneurs sont des étapes jumelées à des cours de perfectionnement que les entraîneurs franchissent. Le niveau requis pour commencer à enseigner est le niveau 1 et le plus haut niveau est le 4. Il s'agit d'un programme de certification. **Celui-ci est indiqué dans la liste des entraîneurs en page 4.**

En septembre 2012 les entraîneurs seront maintenant tenus de suivre de la formation continue par exemple séminaire, mentorat, réunion régional et provincial etc

PRÉ REQUIS PAR CATÉGORIES SAISON 2017-18

Patinage plus : 3 ans au 1^{er} juillet 2017

Junior (star 1 et 2)

Étape 5 réussi, si plus de 24 patineurs, l'étape 6 réussi sera exigé.

Intermédiaire (star 3 et 4)

- 1^{re} Sélection Préliminaire Style Libre complété
- 2^b Sélection Danses et Habilités un Préliminaire et un junior bronze complétés

Sénior (star 5 et +)

- 1^{re} sélection Senior Bronze Style Libre complété
- 2^b sélection Junior Bronze Style Libre et plus haut tests Danses et Habilités complétés

* **Tous les tests doivent être complétés au 31 Août 2017.**

* **Veillez noter que les sélections sont là pour ne pas dépasser le quota de 24 patineurs par catégorie.**

-
- **Il est important de noter que ceux qui ont accédé au sénior dans les années précédentes ne peuvent être rétrogradés au 23 Août 2010.**

- *****Tous les critères son sujet à changement*****

-
- **Si plus de 24 patineurs,**
 - **Le comité se réserve le droit d'établir de nouveaux critères de sélections.**
-

ENTRAÎNEURS PROFESSIONNELS

Le club détermine son équipe d'entraîneurs professionnels en émettant une liste officielle indiquant leurs noms, niveau et coordonnées.

Cette liste officielle est révisée avant le début de la saison. Aucun nom n'est ajouté à cette liste sans avoir été consultée par l'équipe d'entraîneurs professionnels en place.

Le club ou un de ses membres ne peut être tenu responsable pour les paroles ou gestes posés par un entraîneur professionnel. Toutefois, le club peut sanctionner, après enquête, un professionnel fautif.

Pour une question de bons exemples et d'éthiques, tous les entraîneurs professionnels se doivent de respecter les règlements de la patinoire, soit; le port du jeans et du jogging est défendu. Il est aussi interdit de s'asseoir sur les bandes. Aucun breuvage ou nourriture sur la patinoire en tout temps.

Les entraîneurs professionnels doivent acquitter leur frais d'adhésion directement à Patinage Canada et fournir une copie de leur carte au club. Chaque entraîneur professionnel doit avoir suivi un cours de secourisme et fournir une copie de leur certification au club. Un dossier pour chaque entraîneur professionnel est tenu à jour par le club.

L'entraîneur doit remettre ses dernières factures à la trésorière à la fin de chaque mois, et pour le spectacle au plus tard le mercredi précédent le spectacle.

PROGRAMME PATINAGE STAR 1 à 5 (sujet à changement selon Patinage Canada)

Dans le programme patinage star nous retrouvons 4 disciplines:

- | | |
|----------------|---|
| Danse | - catégorie préliminaire à or + diamants (facultatif) |
| Habilités | - catégorie préliminaire à or |
| Style libre | - catégorie débutant à or |
| Interprétation | - catégorie introduction à or |

Danse

Le patineur, accompagné par un accompagnateur, doit exécuter des pas prescrits au son d'une musique.

Habilités de patinage (skills)

Les exercices d'habiletés comprennent des courbes, des virages et des mouvements de transitions, exécuté sur un patron prescrit.

Le style libre

Le style libre est la forme de patinage artistique la plus enthousiasmante et la plus athlétique. Les programmes de style libre, dont la chorégraphie suit la musique, comprennent différents sauts et pirouettes liés entre eux par des jeux de pieds et des poussées élans. Une attention particulière est accordée dans l'exécution des exercices, à la tenue et à la posture, le tout au son d'une musique rythmée et continue d'une durée variable selon le niveau. Les athlètes pourront ainsi appliquer ces techniques de base dans leur programme afin d'en augmenter la qualité artistique par une exécution plus fluide.

L'interprétation (Artistique)

Une autre phase du patinage artistique est l'interprétation. Le patineur ou la patineuse doit patiner sous une chorégraphie se rapportant à un thème ou à un personnage. Les solos ne comportent aucun saut contrairement au style libre. Le temps des musiques peut varier selon le niveau de test réussi.

LE PATINAGE SYNCHRONISÉ

Le patinage synchronisé est une forme de patinage en équipe. Les patineurs doivent avoir beaucoup de discipline et également un grand esprit d'équipe. Ils apprennent une chorégraphie de groupe et vont parfois en compétition régionale et/ou provinciale.

LES ÉQUIPES DE PATINAGE SYNCHRONISÉ

Les Rythmiks

Les Rythmiks sont maintenant une équipe régionale, c'est-à-dire qu'elle recrute des patineurs de tous les clubs de la région de Lanaudière sous la supervision de l'ARPAL.

Le programme libre de patinage synchronisé est un programme bien équilibré, créé et exécuté au son d'une musique choisie par l'entraîneur de l'équipe. Un bon programme contient des éléments comme des cercles, des lignes, des blocs, des roues, des entrecroisements, des pirouettes, des mouvements de transition et des mouvements exécutés isolément. Le tout basé selon les exigences techniques de Patinage Canada.

Le patinage synchronisé fait référence à la qualité du patinage, à l'importance de l'unisson, à l'exactitude des formations et à la précision de l'équipe.

Après quelques temps dans le programme patinage star certains patineurs démontrent un intérêt et un talent particulier pour faire parti de l'élite c'est-à-dire du programme patinage de compétition. Il appartient à l'entraîneur et aux parents de juger et de faire le choix approprié le moment venu.



PATINAGE DE COMPÉTITION:

Dans le patinage de compétition il y a 7 catégories:

Sans limite 6 / 7 / 8 ans

Pré-Juvenile (fille & garçon) : moins de 11 ans

Juvenile A (fille & garçon) : moins de 11 ans

Juvenile B (Fille & garçon) : moins de 14 ans

Pré-Novice : moins de 16 ans

Novice : moins de 17 ans

Junior : moins de 19 ans

Sénior : aucune limite d'âge

Lors de l'avis de compétition un pointage minimum peut être requis

PATINEURS STAR :

Star 1 à Star 10

Information sur le site de Patinage Québec

www.patinagequebec.qc.ca

STAR-ÉTUDE /SPORT-ÉTUDE

Les patineurs ont le choix de combiner parcours scolaire et patinage artistique. Au primaire (5^e et 6^e année) on nomme le programme star-étude, au secondaire on le nomme sport-étude. Les étudiants ont des cours réguliers le matin et évolue en patinage artistique l'après-midi. Visitez le site web de L'ASSOCIATION RÉGIONALE DE LANAUDIÈRE pour de plus amples informations au www.patinagelanaudiere.com.

LE SYSTÈME DES TESTS DE PATINAGE CANADA (en changement , détails de Patinage Canada à venir)

Le système des tests de Patinage Canada offre aux patineurs la possibilité d'apprendre différentes habiletés et, une fois qu'ils les ont acquises, de les faire évaluer par rapport aux normes nationales.

L'enfant doit passer devant un juge lors de sessions de tests organisées par le club ou la région et bien évidemment c'est l'entraîneur qui juge du moment où votre enfant est prêt à être évalué. Des frais s'appliquent pour les inscriptions aux sessions de tests.

Tests habiletés de patinage : Préliminaire à Or

Tests Style libre:

Star:

Préliminaire
Junior Bronze
Sénior Bronze
Junior Argent
Sénior Argent
Or

Compétition :

Les tests de compétition ont été abolis 1^{er} juillet 2012

Tests de danse :

Préliminaire
Junior Bronze
Sénior Bronze
Junior Argent
Sénior Argent
Or

Catégorie Interprétation :

Introduction
Bronze
Argent
Or

Le jour des tests, l'évaluateur ou juge observe le test et évalue les éléments selon le barème suivant: excellent, bien, satisfaisant, besoin d'amélioration. Le patineur ou la patineuse doit obtenir un certain nombre de notes "satisfaisant" ou mieux pour réussir son test et passer au test suivant.

COMPÉTITIONS

Chaque patineur a le droit de participer à des compétitions durant l'année, qu'il soit dans le patinage star ou de compétition. Il y a plusieurs compétitions offertes aux patineurs et habituellement l'entraîneur décide avec les parents des compétitions intéressantes à participer pour le patineur.

Pour chaque compétition, il y a des formulaires d'inscription à remplir. Pour obtenir les formulaires d'inscription vous devez vous adresser au responsable des tests et compétitions, votre entraîneur ou sur les sites des compétitions respectives. Les formulaires d'inscriptions dûment complétés doivent être signés par le responsable des tests et compétitions. Les premières inscriptions reçues auront priorité.

Veillez noter que les participants inscrits pour participer à une compétition en équipe doivent pratiquer leurs éléments durant leurs heures normales de pratique. Aucune heure supplémentaire n'est donnée.

COMPÉTITION – (Invitation Lanaudière)

Il y a une compétition de la région qui existe, cette compétition se déroule en février et a lieu à Le Gardeur. Le club est l'hôte de cette invitation annuelle depuis de nombreuses années.

Il est à noter que cette compétition est organisée par la région et nous sommes responsable seulement des bénévoles. Nous n'avons aucun droit de regard sur les inscriptions et décisions prises concernant cette compétition.

INSCRIPTIONS COMPÉTITIONS

Vous pouvez vous procurer un formulaire d'inscription pour chacune des compétitions de la saison au bureau du CPA à l'aréna de Le Gardeur. **TOUS** vos formulaires d'inscription de compétition doivent être signés exclusivement par le **responsable des compétitions**. Consultez notre site **Internet** pour connaître les dates limites d'inscription pour chacune des compétitions dans la région ainsi que pour obtenir les résultats.

RÉSULTATS

Afin de limiter le nombre d'oubli qui pourrait survenir, nous demandons votre collaboration afin que vous rapportiez toutes les feuilles de résultats des diverses compétitions où votre enfant participe, peu importe les résultats obtenus. Elles doivent obligatoirement être remises au directeur des tests et compétition ou au bureau du C.A. (aréna de Le Gardeur) afin que nous puissions effectuer le calcul cumulatif des points.

Tous les résultats remis après le **18 décembre 2017** pourraient ne pas être considérés pour les lauréats de l'année en cours.

Le Club n'est pas responsable des erreurs de pointage qui pourraient survenir si la feuille de résultat n'est pas remise dans les délais.

*****Test Perdus*****

Les résultats de test et compétitions sont sous la **responsabilité de chaque patineur**, c'est donc au patineur de prouver qu'il a réussi le test sinon, aucun remboursement ne sera fait par le club.

NOUS APPRÉCIERIONS RECEVOIR VOS RÉSULTATS AU PLUS TARD QUINZE JOURS APRÈS LA TENUE DE LA COMPÉTITION.



**LES LAURÉATS (seuls ceux de patinage Canada demeurent depuis septembre 2015)
Tous les lauréats locaux et régionaux ont été abolis**

Il ne faut pas confondre les critères d'attribution de lauréats et les critères d'attribution de solos pendant le Spectacle de fin d'année



SPECTACLE SUR GLACE 2017-2018

Un patineur qui désire participer au Spectacle 2018 devra être « Home Club » du CPA Le Gardeur, ou avoir une pleine inscription (sauf les patineurs des programmes Star-Étude et Sport-Étude ainsi que ceux ayant terminé les tests de danse et d'habileté)

La revue sur glace est un spectacle où chaque enfant aura la chance d'apparaître dans un numéro de groupe, avec des costumes et au son d'une musique. La chorégraphie de chaque groupe est réalisée par un entraîneur professionnel. De plus, certains patineurs se verront attribuer un solo intégré lors de l'évènement, c'est-à-dire, ils feront une prestation individuelle pour se faire valoir pendant le spectacle. Les pratiques de spectacle se déroulent de la fin de février au début avril. Un horaire vous sera communiqué à cet effet. (L'horaire peut varier de l'horaire régulier). Également, dans la semaine qui précède le spectacle, des pratiques sont ajoutées le soir, mais toutefois, elles se terminent avant 19h pour les tout petits. Une répétition générale a lieu le vendredi précédent le spectacle entre 17h et 20h. Le spectacle est la récompense aux patineurs.

CRITÈRES POUR L'OBTENTION DES SOLOS :

* Veuillez noter que les critères de solo ont été établis pour le spectacle sur glace du C.P.A. Le Gardeur à partir de 2017.

- Les critères s'adressent à tous les patineurs et patineuses faisant partie de la revue sur glace du C.P.A. Le Gardeur (exception faite aux patineurs et patineuses invités).
 - Tous les lauréats de Patinage Canada sont choisis selon le nombre de points acquis pendant l'année en cours, cette compilation est faite sous la supervision du responsable des tests et compétitions et de deux membres du C.A.
- 1) Les patineurs qui feront parti de l'équipe du Québec se mériteront un solo pour les 2 représentations et seront considérés comme des invités
 - 2) Tout les lauréats de Patinage Canada se mériteront un solo pour les 2 représentations
 - 3) Les patineurs de compétitions Élite se mériteront un solo pour les 2 représentations (doit participer à toutes les compétitions provinciales sans classement au préalable, les 3 disciplines seront considérées séparément)
 - 4) Le patinage de Star 4 et + ayant obtenu le plus de points aux compétitions se mérite un solo pour les 2 représentations (pour être éligible doit avoir participé à un minimum de 4 compétitions) les 3 meilleures compétitions seront comptabilisées, les 3 disciplines seront considéré séparément)
 - 5) Le patineur OS ayant obtenu le plus de points aux compétitions se méritera un solo pour les 2 représentations

- 6) Les patineurs qui obtient le plus de points pour les tests Sénior se méritera un solo pour les 2 représentations (le calcul sera effectué selon l'ancienne formule de points)
- 7) Six solos seront attribués par tirage au sort pour une représentation seulement. (2 juniors, 2 intermédiaires, 2 séniors) un patineur qui aura été sélectionné pour un solo par tirage ne sera pas admissible l'année suivante)
- 8) Les solos intégrés pour le junior, inter et sénior sont abolis mais ils demeurent pour le Patinage Plus
- 9) Un entraîneur ne peut obtenir un solo pour le spectacle

****Sujets à changements sans préavis

POUR SE MÉRITER UN SOLO POUR LA REVUE SUR GLACE 2018:

- 1) Le patineur ou la patineuse devra être « home club » depuis plus d'une année complète.
- 2) Le patineur ou la patineuse ne peut obtenir plus d'un solo par représentation.
- 3) **Pour les patineurs sélectionnés, la durée de la musique est en fonction du niveau de compétition et se répartie comme suit :**

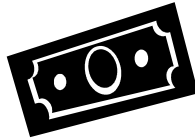
Débutant et pré-préliminaire : 1 ½ minutes

Préliminaire : 2 minutes

Junior bronze et + : 2 ½ minutes

- 4) Les solistes devront adapter leur musique et leur solo au thème choisi par le comité spectacle. La musique devra être acceptée par un membre du comité spectacle.
- 5) Le Comité se réserve le droit d'attribuer un solo si nécessaire.

De plus, de nombreux bénévoles sont nécessaires à la réussite du spectacle sur glace. Les parents qui le désirent peuvent s'impliquer à différents niveaux en remplissant le formulaire et en le remettant à un membre du comité ou au local de patin du CPA Le Gardeur.



Des commanditaires sont grandement appréciés lors des différents événements annuels du Club.

Photos du programme de la revue sur glace (Commandite). Une belle façon d'encourager votre enfant.

Il est en effet possible de faire commanditer votre enfant dans le programme distribué lors de la revue sur glace.

Un mot et une photo peuvent y apparaître suivant certaines modalités.

Des formulaires seront à votre disposition en tout temps au local du CPA. Les parents doivent fournir, au plus tard la journée même des photos de groupe, un mot qu'ils désirent faire paraître ainsi que la photo de leur enfant. La carte d'affaires et le paiement du commanditaire, doivent être remis au plus tard deux (2) semaines avant la séance de photos.

PHOTOS ANNUELLES & VIDÉOS

Au C.P.A. Le Gardeur, il y a seulement une séance de photo et elle est organisée en mars lors des pratiques du spectacle. Lors de la prise des photos, les enfants sont vêtus de leur costume de spectacle.

Environ deux semaines avant l'événement, vous recevrez de l'information indiquant les dates (horaire), lieux de prises des photos et du coût. **Les photos doivent être payées la journée même de la récupération de photo c'est-à-dire à la journée du spectacle**, et ce, directement avec le photographe en argent comptant (pas de chèque).

Pour des raisons de rapidité et de sécurité, les parents ne sont pas autorisés à assister à cette session. Des parents bénévoles s'occuperont de vos enfants.

Vidéo (Spectacle de fin d'année)

Un DVD de qualité professionnel de cet événement sera produit lors du Spectacle. Un Formulaire de commande sera distribué quelques semaines à l'avance et les parents intéressés doivent nous remettre leur commande au local du CPA.

Les DVD sont par la suite remis aux parents soit par courrier, soit par récupération au local ou bien lors de l'assemblée annuelle du club.

RÈGLEMENTS

1. Tous les patineurs, toutes les patineuses doivent être habillés convenablement: pour les filles: la robe, la jupe de patin, le **leggings de sport (long et court) et short de patin avec ou sans motif**, seules les camisoles avec bretelles larges seront admises. Pour les garçons : un pantalon et un chandail appropriés. **Le port du jeans, du jogging, bermuda et du bas de réchauffement est défendu pour les patineurs sur la patinoire en tout temps pendant la saison.** La veste du club (noir) est suggérée .Le pantalon sport et le bas de réchauffement seront acceptés seulement

pendant les pratiques de spectacle. À noter que pour les patineurs du programme Patinage Plus le port du costume du club est obligatoire.

2. Les patineuses doivent avoir les cheveux attachés.
3. Le patinage avec radio baladeur (MP3) est défendu en tout temps.
4. Il est de la responsabilité de tous (patineurs, patineuses, entraîneurs) de voir à ce que les portes d'accès à la patinoire soient fermées.
5. Les patineurs et les patineuses ainsi que les entraîneurs doivent quitter la patinoire avec diligence lorsque les heures de glace sont terminées.
6. Il est défendu en tout temps pour les patineurs, les patineuses de s'asseoir sur les bandes et de déposer leur breuvage ou nourriture sur les bandes. Aucun breuvage ou nourriture sur la patinoire (eau seulement)
7. Il est défendu aux parents de rester sur les bancs des patineurs ou de discuter ou converser avec les entraîneurs et les enfants.
8. Les chambres sont mises à la disposition des patineurs afin de leur permettre de se changer et de chausser leurs patins. Elles ne doivent pas être un lieu de jeux. Ces chambres sont le reflet de ceux et celles qui les utilisent, donc, voyez à les garder propres pour ceux et celles qui suivent. Ne pas laisser d'argent ou d'objets de valeur dans les chambres. **Le CLUB décline toute responsabilité quant aux objets volés ou perdus.**
9. Il est défendu de blasphémer en tout temps sur la glace, dans les chambres et dans l'aréna.

10. Les membres de l'exécutif, les capitaines de glace et les surveillants doivent être respectés en tout temps.

11. Ceux ou celles qui manqueront d'égard en paroles ou en gestes se feront réprimander par la personne en charge à ce moment-là. Si la conduite d'un membre nous l'oblige, nous pouvons lui demander de quitter la glace ou l'aréna pour le reste de la session ou pour une période fixée par les membres de l'exécutif.

12. Lors des cours de Patinage Plus, seulement un parent par patineur sera admis dans les chambres.

13. Musique de solo deux professionnels suivis d'un élève seul.

14. Ne pas nuire aux autres patineurs lors de la pratique de leur solo.

15. Les couples seront permis en danse en donnant priorité aux patineurs de Le Gardeur. Un maximum de 24 patineurs sur la glace incluant les couples. A évaluer selon la saison et tenant compte du maximum ci-haut mentionné.

16. Les demi-inscriptions sont offertes aux patineurs star ayant complété tous les tests de danse et habileté

17. La carte de membre est offerte aux patineurs du sport et star-étude ayant complété les tests d'habileté, elle est aussi offerte aux patineurs de synchronisme, mais ceux-ci ne sont pas admissibles à faire le spectacle sauf pour le numéro de synchro.

18. Les patineuses du sport et star-étude qui n'ont pas complété leurs tests d'habiletés peuvent prendre une demi-inscription

19. Les patineuses du sport et star-étude sont admissible au spectacle.

20. Soyez alerte en tout temps aux autres personnes qui patinent. Écoutez les annonces des solos et **identifiez la personne pour ne pas interrompre son programme**. Si vous tombez, **levez-vous immédiatement**, à moins d'être blessé. Ceci évitera aux autres personnes de vous frapper. Pour la pratique des pirouettes (spin), veuillez vous installer plutôt au centre de la patinoire qu'aux extrémités afin d'éviter l'achalandage qui se veut plus grand. **Cette façon de procéder est plus sécuritaire pour tous.**

EN TOUT TEMPS, POUR LES ÉCOLES JUNIOR INTERMÉDIAIRE ET SENIOR, PAS PLUS DE VINGT QUATRE (24) PATINEURS SUR LA PATINOIRE POUR LE STYLE LIBRE.

ASSISTANT DE PROGRAMME ET AIDE PRÉ-REQUIS

- 12 ans au 30 Septembre et Préliminaire Style libre réussi, Junior Bronze en Habilités réussies et Préliminaire danse réussies.
- Aides 10 ans au 30 Septembre minimum 2 préliminaires sur 3 réussis.
- Doit participer à la séance annuelle de formation donnée avant le début de la saison.

S'il y a un manque d'assistants de programme le comité sélectionnera parmi ceux âgé(e)s de 11 ans (au 30 Septembre). La sélection sera basée sur les mêmes tests que les 12 ans. S'il y a plus de patineurs admissibles nous irons avec les plus hauts niveaux de test obtenu.

RÉGLEMENTS ASSISTANTS ET AIDES

1. En tout temps les patineurs doivent être polis et courtois.
2. En aucun temps toucher un élève pour le réprimander (taper).
3. En aucun temps argumenter avec un parent.
4. Les cheveux doivent être attachés.
5. Doivent être les premiers sur la glace, avant les enfants.
6. En tout temps avertir lors d'un retard ou d'une absence possible.
7. Le costume officiel du club est fourni et doit être porté en tout temps durant les écoles P.P.
8. Toute perte ou dommage sont à la charge de l'assistant ou aide (150\$).

Parcelle (Patch)

Une parcelle peut être vendue au coût de 10.00 \$ **Les patineurs doivent être membre de patinage Canada** .Ces patchs devront être payées immédiatement avant d'embarquer sur la glace, au local, à un membre du comité. (**Le maximum de 24 patineurs devra être respecté**).



INFO-PARENTS

☞ En ce qui concerne tous les communiqués, résultats de compétition, avis de compétition ou autres, nous vous invitons à consulter régulièrement le babillard vitré à l'aréna ou encore de visiter notre site internet. Ceux-ci nous servent de moyen de communication constant entre vous et nous. Ils vous indiqueront toutes les démarches à suivre s'il y a lieu ou vous renseigneront tout simplement sur les événements à venir au sein du club.

✍ **S'il arrivait que vous ayez à formuler une plainte ou un commentaire pour une quelconque raison que ce soit, nous vous demandons s.v.p. de le faire discrètement en venant nous rencontrer personnellement au bureau afin que nous puissions ensemble analyser et trouver une solution ou une amélioration.**

Ceci évitera les commérages inutiles qui nous sont rapportés au bureau et qui bien souvent ne s'avèrent pas être la vraie version des choses. Soyez certain que nous porterons une attention toute spéciale à toutes vos observations ou demandes, si celles-ci s'avèrent justifiées. Nous prendrons alors les mesures nécessaires qui s'imposent afin d'améliorer la situation le plus rapidement possible.

L'ÉQUIPEMENT



Le choix des bottines et des lames

En patinage artistique, les bottines constituent la partie la plus importante de l'équipement. Considérez que des bons patins aident à vous protéger contre d'éventuelles blessures et des mauvais patins empêchent votre progrès. Visitez une boutique qui se spécialise dans les patins artistiques afin de vous faire conseiller. Il est primordial d'acheter des patins qui correspondent au niveau du patineur, de la patineuse et à votre budget. Votre entraîneur peut également vous conseiller à cet effet.

La première chose que vous noterez à la boutique de patins est que les bottes et les lames sont souvent vendues séparément. (à un certain niveau).

Les bottes que vous avez besoin doivent être assez raides pour empêcher la plupart des mouvements transversaux (l'effondrement de la cheville), mais doivent permettre un certain fléchissement de la cheville, assez pour pouvoir plier les genoux convenablement tout en patinant.

Pour le confort, les bottes devraient également se conformer en quelque sorte à vos pieds. Le seul matériel qui remplit vraiment cette tâche est le cuir épais : le plastique des patins de grand magasin ne remplit pas cette fonction. Avec de nouvelles bottes, la flexibilité à la cheville se développera au fur et à mesure que vous commencerez à les porter. Meilleures seront les bottes que vous achèterez, plus elles dureront longtemps sans décomposition, ainsi, regardez les bonnes bottes comme un investissement. D'ailleurs, en sachant que souvent après une saison les patins sont trop petits. Il est bon que vous sachiez que plusieurs boutiques de patin vous offrent un service de consigne pour la revente des patins usagés. Il y est également possible par le fait même de trouver certains patins d'occasion de grande qualité pour un prix moindre que des neufs.

ATTENTION, essayer de chauffer des patins trop grands en portant des bas plus épais ou plusieurs épaisseurs de bas détruit votre support puisque votre pied peut encore glisser à l'intérieur de la botte. De plus, le glissement crée un frottement propice à l'apparition d'ampoules aux pieds et autres lésions. Vos bottes devraient être assez grandes pour vous laisser agiter vos orteils mais assez serrées vis-à-vis le reste du pied jusqu'au talon tout en portant des bas minces (par exemple l'épaisseur de collants).

Notez que pour garder votre pied au chaud dans un patin artistique, il faut ajouter de l'isolation par l'extérieur du patin et non par l'intérieur. La meilleure façon pour qu'un débutant ait un ajustement approprié est de rechercher une boutique de patin avec une bonne réputation (vous pouvez demander à certains membres du comité ou certains pros pour les meilleurs endroits). Préparez-vous à acheter une botte de 1 à 1 ½ taille plus petite que votre chaussure – c'est ainsi que des patins artistiques doivent

être ajustés.

Les lames d'un bon patin sont vissées (non rivetées) aux semelles de la botte de sorte que différentes lames puissent être attachées pour rencontrer les activités et les besoins particuliers du patineur. Les lames sont disponibles avec des différences pour le style libre et la danse.

Pour un débutant, une paire de lames de style libre les moins dispendieuses est un bon choix, même si votre but sur la glace est de faire de la danse (la lame de danse est plus courte et peut présenter des difficultés pour le débutant).

Si vous projetez faire des sauts, choisissez des lames avec des griffes raisonnablement efficaces. Les griffes (pics) d'un patin bon marché tendent à vous donner moins de contrôle et d'assurance pendant les sauts avec un départ piqué.



Rodage de vos patins

Meilleurs sont vos patins, plus épais sera le cuir, plus longtemps dureront-ils avant de s'effondrer (casser), plus le coût sera élevé, et plus dur il sera d'en faire le rodage. Persévérez, dans la plupart des cas tout ce que vos patins ont besoin, c'est que vous patiniez avec. Pour accélérer le processus, certaines personnes trouvent utile de mettre leurs protège lames sur leurs patins et de se promener dans la maison. Si après un certain temps raisonnable d'adaptation vos patins et votre anatomie recherchent encore de l'espace, retournez à la boutique de patins. Votre vendeur pourra probablement étirer le cuir dans la zone à problème et ce sans aucun coût.

Aiguillage

L'aiguillage consiste à redonner à la lame ses carres lorsqu'ils sont trop usés. Sans carres (forme concave de la lame), il n'y aurait pas de mordant lorsque vous utiliseriez la lame pour avancer. (Notez que les griffes NE SONT PAS faites pour la propulsion en patinage). TOUJOURS faire aiguiser les patins par un spécialiste en aiguillage de patin artistique. Ce spécialiste aura du respect pour les griffes.

Les aiguiseurs de patins de hockey ne feront pas toujours attention de ne pas enlever les griffes et n'utilisez surtout pas les machines automatiques (ne succombez pas à la tentation de faire enlever les premières griffes parce que vous trébuchez – vous en aurez de besoin tout au long de votre progression). Notez qu'une lame s'use également à cause du trop grand nombre d'aiguillages; donc, n'en abusez pas.

Entretien de vos patins

Utilisez toujours vos protège lames lorsque vous n'êtes pas sur la glace, ou encore, marchez seulement sur le caoutchouc.

Ne jamais laisser vos lames entrer en contact avec du ciment ou du métal. Lorsque vous utilisez vos protège lames, assurez-vous qu'il n'y a pas de petites roches et de la terre à l'intérieur de ceux-ci ou sur votre lame. L'eau est l'ennemi.

Lorsque vous enlevez vos patins, essayez vos bottes et vos lames avec une vieille serviette ou guenille. **Ne remettez pas vos protège lames!** Mettez plutôt des couvre lames en tissu éponge. Ceux-ci absorberont l'humidité qui se condense sur les lames froides lorsque vous passez à un environnement plus chaud. Remiser ses lames dans les protège lames encourage la corrosion. Sortez vos patins le plus tôt possible de votre sac et laissez-les

sécher à l'air ambiant (pas à côté d'une source de chaleur). Il faut nettoyer régulièrement l'intérieur des protège lames.

Le laçage des patins

Pour la première moitié des trous, attachez-les fermement sans toutefois les serrer trop fort. Serrez assez fort le reste des trous jusqu'à la cheville. C'est à cet endroit qu'il faut que ce soit le plus solide. Maintenez en place cette tension en effectuant la moitié d'un nœud plat. Pour les œillets, plus vous montez, plus vous laissez un peu de jeu dans le lacet afin de pouvoir patiner avec les genoux pliés. Finissez avec une boucle bien sécuritaire. Rentrez ce qu'il reste des boucles à l'intérieur de vos patins pour qu'il n'y ait aucune chance que vos lames s'y accrochent. Si vos lacets sont trop longs – **ne jamais faire le tour de la cheville** – repassez-les dans les œillets.

QUEL EST LE RÔLE DES PARENTS DANS TOUT ÇA?

La première question importante que vous devez vous poser est la suivante : Pourquoi mon enfant fait-il du patinage artistique? La réponse devrait être : par plaisir, pour l'esprit sportif et pour la sensation de réussite que cela lui apporte et enfin, pour avoir des contacts avec d'autres enfants. Notre rôle en tant que parents dans tout ça est de veiller à ce que les ambitions de notre patineur ne commencent pas à entrer en conflit avec les nôtres.

Surveillez l'apparition de ce genre de changement et préparez vous à faire marche arrière pour lui donner de l'autonomie. Vos grandes attentes et vos encouragements peuvent mener le patineur à un niveau de réussite relativement haut, mais quand ils ne sont plus un élément de motivation ou quand ces attentes deviennent irréalistes, les parents doivent revoir leurs intentions. Les parents devraient apprendre à accepter et à honorer la dévotion des patineurs à l'égard de leur sport. Ils doivent également accepter les buts du patineur et l'encourager et le guider dans la réalisation de ses rêves d'athlète.

La motivation des patineurs

Ce n'est pas facile de motiver un patineur. Chaque enfant est différent. Il réagit à différents éléments de motivation à différentes périodes de son enfance. Des parents qui motivent leurs enfants contribuent souvent beaucoup à leur succès.

Voici quelques conseils dans ce domaine :

- Insufflez-leur de l'enthousiasme et aidez-les à le garder.
 - Offrez-leur la possibilité de remporter du succès.
 - Choisissez un entraîneur qui est positif.
 - Soyez positif et évitez de trouver des erreurs.
 - Faites-leur des compliments quand ils le méritent.
- Aidez-les à acquérir de l'assurance et de l'estime de soi.
- Encouragez-les à poursuivre leurs efforts et croyez en leur capacité.
 - Favorisez chez-eux la responsabilité de soi et découragez les excuses.
 - Rappelez-leur qu'ils patinent parce qu'ils veulent le faire.
 - Encouragez-les à établir des objectifs en consultation avec l'entraîneur et à fixer de nombreux petits buts qui sont réalistes en faisant des efforts.
 - Considérez la victoire sous un autre angle que la réussite d'un test ou l'attribution d'une médaille.
 - N'ayez pas recours aux menaces (par exemple : "Je vais arrêter les leçons de patinage si tu ne fais pas de progrès") ni à des éléments de motivation extrinsèques (comme de l'argent ou des choses matérielles) pour les motiver. Cela leur enlève le désir de faire de leur mieux et de s'amuser. Des études ont aussi démontré que cela risque de ne fonctionner qu'à court terme.
 - Ne les harcelez pas et ne soyez pas sarcastique à leur égard.
 - Par-dessus tout, veillez à ce que votre enfant se sente aimé(e) et respecté(e), indépendamment de votre volonté et de la façon dont il (elle) patine.



Règles à suivre en tout temps :

- Aimez votre enfant pour ce qu'il (elle) est.
- Faites preuve de réalisme à l'égard de ses capacités, de ses points forts et de ses points faibles.
- Ne vivez pas vos ambitions par l'entremise de votre enfant.
- Rater un test ne signifie pas que l'enfant est un raté
- Évaluez ses succès en tant que personne et non en tant que patineur.
- Communiquez avec l'entraîneur.
- Posez des questions et assurez-vous de comprendre tout l'engagement et la participation requis.
- Soyez une personne dont votre enfant peut-être fier (ère).
- Une fois les tests réussis, les médailles seront vite oubliées, mais votre enfant gardera en mémoire toute sa vie l'impression que vous lui laisserez.

ATTENTION À VOS CHÈQUES

Veillez prendre note que le C.P.A. Le Gardeur vous réclamera 30,00 \$ de frais pour tout chèque retourné (n.s.f.) par la banque. Ceci afin de couvrir les frais bancaires et les déplacements supplémentaires qu'engendrent de tels chèques.

PENSÉE AMICALE ...

VOUS POUVEZ CRITIQUER VOTRE
ORGANISATION DE PATINAGE
ARTISTIQUE AUTANT DE FOIS QUE
D'HEURES BÉNÉVOLES QUE VOUS
Y METTEZ

MERCI DE VOTRE
COMPRÉHENSION,
LE COMITÉ.



BONNE SAISON 2017/2018 À TOUS

Liens utiles :

Ville de Repentigny :
www.ville.repentigny.qc.ca

Patinage Canada :
www.skatecanada.ca/

Fédération de patinage du Québec :
www.patinage.qc.ca

Patinage Mag :
www.patinage-mag.com

Devault sports :
www.devaultsports.com

Collège St- Jean de Vianney :
www.st-jean-vianney.qc.ca

DEVAULT



La Source
du sport[™]

613, Notre-Dame
Repentigny QC J6A 2V3

Tél. : 450 581-5844

Fax : 450 581-4549

www.devaultsports.com

Email : info@devaultsports.com