



LE GUIDE

DU PATINEUR

2019-2020

TABLE DES MATIÈRES

-Membres du C.A. du C.P.A. Blainville / Ste-Thérèse	3
- Qu'est-ce que le C.P.A. Blainville / Ste-Thérèse	4
- Règlements de la patinoire	8
- Info-Parents	10

C.P.A. BLAINVILLE / STE-THÉRÈSE
1009 rue de la Mairie, Blainville, Québec,
J7C 3C7

Région des Laurentides (LO)

Club no. 1000832

Aréna de Blainville, rue de la Mairie, Blainville
Site internet : <http://www.cpa-blainville-ste-therese.org>

Président Développement des patineurs	Michel Aupin	(514) 293-1942 michel_aupin @videotron.ca
Vice-Présidente Inscriptions, Lauréats	Julie Robert	(514) 577-4122 julierobert84@gmail.com
Vice-Présidente Compétitions, Commanditaires	Sophie Bastien	(514) 575-4188 sophie22bastien@hotmail.com
Trésorière Commanditaires majeurs	Stéphanie Pellerin	(514) 792-7513 stephpellerin@gmail.com
Secrétaire Revue sur Glace, Compétitions	Jenny Tsimiklis	(514) 629-2035 gwenke@videotron.ca
Directrice Lauréats, Achats et Inventaire	Viviane Thérien	(514) 473-6091 viviane.therrien@sympatico.ca
Directrice Assistants de Programme, Mes 1ers Jeux, Campagne financement/Inscriptions Gala	Nancy Bourgeois	(514)577-4122 julierobert84@gmail.com
Directeur Responsable tests et photos	Francis Allaire	(514)433-4490 fallaire747@gmail.com
Directeur Patinage Plus , Revue sur glace	Cédric Bourgeois	(450) 437-2587 thibert.bourgeois@videotron.ca
Directeur Patinage Plus	Simon Rudolph	(514) 567-6326 simon2rudolph@msn.com
Représentante des entraîneurs	Kim De Villers	(514) 434-0279 devillerskim@gmail.com

QU'EST-CE QUE LE C.P.A. BLAINVILLE / STE-THÉRÈSE ?

HISTORIQUE :

Le Club de Patinage Artistique Blainville/Ste-Thérèse est un organisme à but non lucratif ayant vu le jour en 1974. C'est le plus important club de la région des Laurentides, en terme de nombre de membres, avec près de 300 patineurs annuellement. Ceux-ci sont âgés de 3 ans à 21 ans ... et plus à l'occasion.

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

Pour assurer au bon fonctionnement du Club et effectuer une bonne gestion des activités, 10 membres constituent le conseil d'administration. Ces personnes doivent être élues lors d'une assemblée générale annuelle.

Le C.A. du C.P.A. Blainville/Ste-Thérèse est formé d'un(e) président(e), de deux vice-présidents(es), d'un(e) trésorier(ère), d'un(e) secrétaire et de cinq directeurs(ices). Des élections sont tenues lors de l'assemblée générale annuelle du Club où chaque membre actif, représenté par un parent dans le cas des enfants mineurs, est invité à y assister pour se promouvoir de son droit de vote et ainsi déterminer la tenue de ces différents postes d'officier. Les mandats sont généralement d'une durée de deux ans.

Les différents mandats sont distribués par ancienneté en tenant compte des goûts personnels de chacun 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, tant de la part des professionnels (entraîneurs) que de ses 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 notre site internet et notre page Facebook, car des communiqués y paraissent tout au cours de l'année.

Les membres du C.A. se doivent d'administrer les finances du club, ce qui représente un montant de plus de 100,000\$ par année. Si le club fait des profits, ceux-ci se doivent d'être redistribués aux membres par divers services offerts ou autres (rabais sur les coûts d'inscription, augmentations des services, cadeaux aux membres, etc.). La majorité de l'argent perçue en cours d'année (inscriptions et autres), qui correspond à un peu plus de 50 000\$, est investi dans le spectacle de fin d'année, la Revue sur Glace.

PROGRAMME Patinage Plus (P.P.)

Dans la pratique du patinage artistique, nous retrouvons le programme P.P. (Patinage Plus). Celui-ci est constitué de différentes étapes à franchir qui ont été conçues dans le but d'initier nos plus jeunes patineurs aux techniques de base requises pour la pratique du patinage artistique. Il est constitué plus exactement de 6 étapes essentielles à franchir.

Un guide complet a été développé afin de couvrir tous les aspects du programme principalement pour informer les nouveaux membres ainsi qu'agir comme rappel aux autres membres. Voir le petit guide du Patinage Plus et de l'initiation au patinage.

PATINEURS STAR (DE TESTS) :

Dans les catégories plus avancées, nous retrouvons des patineurs de tests dans les niveaux suivants:

Junior : Aucun test passé (Star 1)

Intermédiaire : Test préliminaire (Star 2-3) et junior bronze (Star 4-5)

Sénior: Senior bronze, Junior argent, senior argent et or (Star 6 à 10)

PATINEURS DE COMPÉTITIONS :

Sans limites, pré-juvénile, juvénile, pré-novice, novice;, junior et sénior compétition.

NOS ENTRAÎNEURS PROFESSIONNELS :

Tous les Clubs ont différents entraîneurs professionnels à vous proposer pour enseigner à vos enfants.

Au C.P.A. Blainville/Ste-Thérèse, il y a des patineurs de niveau **Star (tests)** et des patineurs de niveau **Compétition**. Selon le but propre à chacun des patineurs, il appartient aux parents de juger et de faire le choix approprié le moment venu. Leur entraîneur professionnel pourra également les guider dans ce choix.

La liste des entraîneurs disponibles est accessible sur notre site internet.

Le Club opère sur une base saisonnière, soit pour les saisons automne et hiver.

PHOTOS ANNUELLES & VIDÉOS

Différentes sessions de prise de photos sont organisées par le club au courant de l'année (photos des médaillés (ées), photos des commandites et photos pour le programme de la revue sur glace).

Chaque session est organisée par un (e) professionnel (le) de la photographie. Comme le fonctionnement et les forfaits sont sujet à changement, nous vous invitons à communiquer avec votre membre du C.A. responsable du mandat photos pour toute question.

Un service de captation vidéo est également offert lors de la revue sur glace. Il est possible d'obtenir le DVD souvenir en réservant la représentation voulue lors de la fin de semaine du spectacle et en donnant un montant abordable, spécifié par les membre du conseil d'administration.

REVUE SUR GLACE :

Les patineurs du Club sont les plus importantes vedettes de ce magnifique spectacle présenté en avril de chaque année. Une campagne d'autofinancement est organisée pour les membres du Club, dès le mois d'octobre, afin d'amasser une partie des fonds nécessaires pour le montage d'un tel spectacle.

L'éclairage, l'achat du matériel nécessaire pour la confection des costumes ou encore la location des costumes, les décors, les frais des professionnels et autres sont autant de frais à couvrir. Un évènement aussi grandiose ne se prépare pas en un jour. Un comité organisateur est alors formé dès le début de la saison et les préparatifs sont alors mis en place le plus tôt possible.

Il est important de vous rappeler que notre Club est un organisme à but non lucratif, donc il se doit de pourvoir aux besoins de ses membres lui-même avec les fonds disponibles à son actif. Comme les années se suivent et ne se ressemblent pas, les fonds disponibles ne sont pas toujours suffisants pour combler les besoins grandissants du Club. **L'apport volontaire (argents, denrées alimentaires, cadeaux, etc.) de commanditaires est grandement apprécié lors des différents événements annuels du Club.**

AUTOFINANCEMENT

Afin de défrayer les coûts d'inscription de chaque enfant au spectacle de fin d'année (**Revue sur Glace**), nous vous offrons cette année, une campagne d'autofinancement par la vente de chocolat. Le chocolat est disponible en caisse de 60 seulement et est non retournable. **Notez bien que cet autofinancement est facultatif.** Les coûts d'inscription de votre enfant varient selon sa catégorie. Si vous ne désirez pas participer à l'autofinancement, vous devrez déboursier le coût total de son inscription. Les coûts d'inscription sont les suivants :

Pour un patineur du groupe Patinage Plus	40.00 \$
Pour un junior	60.00 \$
Pour un inter	80.00 \$
Pour un sénior	100.00 \$

COMPÉTITIONS

Dans le patinage artistique, il est possible de participer à des compétitions en solo et/ou en équipe. Vous pouvez vous procurer un formulaire d'inscription pour chacune des compétitions de la saison sur le site internet de Patinage Laurentides. Assurez-vous de valider la catégorie choisie pour votre enfant auprès de votre entraîneur avant d'effectuer l'inscription.

Si vous désirez que votre enfant participe à une compétition en équipe, le patinage synchronisé peut être une option, voir section PATINAGE SYNCHRONISÉ.

Le parent est responsable d'effectuer l'inscription de son enfant en suivant les dates limites.

Les groupes et horaires sont communiqués quelques semaines avant la tenue de l'évènement soit via le site internet du Club hôte, via le site internet de Patinage Laurentides ou encore Patinage Québec dans le cas de compétitions provinciales/nationales.

COMPÉTITION MES PREMIERS JEUX

Les patineurs des catégories Patinage Plus pourront participer à une compétition organisée par Patinage Laurentides qui se tiendra en janvier.

Lors de cette journée, les patineurs des catégories Patinage Plus, qui auront choisi de participer, seront amenés à présenter un programme qu'ils pratiqueront durant des pratiques additionnelles.

Lors de cette journée, des rubans identifiés : Or, Argent, Bronze et Mérite seront remis à tous les participants.

Plus de détails vous seront envoyés au cours de la saison.

RÈGLEMENTS DE LA PATINOIRE
C.P.A. BLAINVILLE / STE-THÉRÈSE

1. Tous les patineurs, toutes les patineuses doivent être habillés convenablement: Pour les filles: la robe, la jupe de patin ou un legging. Pour les garçons : un pantalon et un chandail appropriés. * **Le port du jeans et/ou du jogging est défendu pour les patineurs et les entraîneurs sur la patinoire en tout temps.** Il en va de même pour la casquette. À noter que pour les patineurs du programme Patinage Plus le port du costume du club est obligatoire AINSI que le casque homologué CSA jusqu'à la réussite de l'étape 5.
2. Les patineuses doivent avoir les cheveux attachés.
3. Le patinage avec écouteurs 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. **IL EST DE LA RESPONSABILITÉ DES ENTRAÎNEURS, DES PATINEURS ET DES PARENTS DE RESPECTER LES HEURES DE COURS (ENTRÉE ET SORTIE). CEUX QUI NE RESPECTERONT PAS CES HEURES SE VERRONT AVISÉS ET DES MESURES PLUS SÉVÈRES POURRAIENT ÊTRE ENTREPRISES APRÈS PLUS D'UN AVERTISSEMENT.**
6. Il est défendu en tout temps pour les patineurs, les patineuses et les entraîneurs de s'asseoir sur les bandes et de déposer leur breuvage ou nourriture sur les bandes. Il est défendu à tous les parents de rester sur les bancs des joueurs.
7. Les chambres sont mises à votre disposition afin de vous permettre de vous changer et de chausser vos 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.
8. Les membres de l'exécutif et les surveillants doivent être respectés en tout temps.
9. Ceux ou celles qui manqueront d'égard en paroles ou en gestes se feront réprimander par la personne responsable 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.
10. Lors des cours de Patinage Plus, seuls les parents-bénévoles seront admis dans les chambres.
11. Pour les groupes junior, inter et sénior vous assurer de donner votre présence avant le début du cours à la personne responsable des présences.
12. **PROPRETÉ** : Pour le respect des autres, ne pas laisser de mouchoirs sur les bords de la bande ni sur les bancs des joueurs.
13. **STROCKING**: Une période de strocking est permise dans les 10 premières minutes de chaque session **SEULEMENT**.

RÈGLEMENTS DE LA PATINOIRE (SUITE)

STYLE LIBRE

- a) Seuls les membres réguliers inscrits au style libre, selon leur catégorie respective, peuvent être sur la glace. Un style libre supplémentaire (parcelle) peut être vendu aux membres du Club au coût de 10\$ et aux non-membres au coût de 15\$ (**s'il reste de la place sur la glace**). Vous devrez vous procurer à l'avance, auprès d'un membre du Conseil d'Administration, les coupons pour les parcelles que vous remettrez à la personne responsable des présences. **POUR TOUS LES NIVEAUX, PAS PLUS DE VINGT (20) PATINEURS SUR LA PATINOIRE À L'EXCEPTION DES GROUPES JUNIORS (24) ET PATINAGE PLUS (ÉTAPES) (60).**
- b) En tout temps, veuillez respecter les heures des sessions de style libre. Il est défendu d'embarquer sur la patinoire AVANT le début prévu du cours de même qu'il est défendu de continuer (déborder) sur la session suivante.
- c) Un patineur peut acheter un style libre seulement en respectant son niveau.
- d) Un patineur qui achète un style libre peut avoir accès à sa musique, **mais seulement après que tous les patineurs inscrits aient eu droit à la leur.**
- e) 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(e). 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.**

INFO-PARENTS

- En ce qui concerne tous les communiqués, résultats de compétition, avis de compétition ou autres, nous vous invitons à visiter notre site internet au www.cpa-blainville-ste-therese.org. et notre page Facebook – CPA Blainville/Ste-Thérèse Nous utiliserons également les courriels pour les rappels de dates importantes durant l'année. Assurez-vous de regarder vos messages régulièrement. 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.
- Pour tous commentaires, nous vous demandons de venir nous rencontrer personnellement au bureau ou que vous nous contactiez par courriel/téléphone. Soyez certain que nous porterons une attention toute spéciale à toutes vos revendications ou demandes si celles-ci s'avèrent justifiées. Nous prendrons alors les mesures nécessaires qui s'imposent afin de régler toutes situations le plus rapidement possible.

DÉVELOPPEMENT DES PATINEURS

Il s'agit d'un programme de développement des patineurs offert par Patinage Laurentides et qui est chapeauté par la fédération de patinage artistique du Québec.

Le programme de développement régional est un programme structuré de manière à permettre aux patineurs talentueux ayant le goût du défi d'améliorer leur aspect technique et artistique tout en apprenant les étapes menant à la bonne préparation à la compétition. La participation à ce programme développe l'esprit sportif, l'estime de soi et le sens de la discipline.

Le dépistage et les évaluations se font au Club par un entraîneur désigné par la région.

Les patineurs « dépistés » suivent une évolution autant dans le secteur récréatif que compétitif afin que la région poursuive leur suivi.

Au cours de la saison, les régions organisent des activités de développement pour ces patineurs.

Patinage Québec s'implique également pour le développement de ces patineurs.

LES LAURÉATS (LOCAUX ET RÉGIONAUX)

Il ne faut pas confondre les critères d'attribution de lauréats et les critères d'attribution de solos pendant le Gala de fin d'année. Voici les grandes lignes concernant cette réglementation.

Tout d'abord, les critères qu'utilisent le CPA Blainville/Ste-Thérèse pour honorer ses patineurs « Home Club » lors d'une soirée des lauréats locaux et ce autant au niveau patineurs de tests toutes catégories (style libre et danse) qu'au niveau compétition toutes catégories, sont des critères qu'établit Patinage Laurentides qui eux-mêmes s'inspirent de la réglementation de Patinage Québec et Patinage Canada. Nous utilisons cette méthode afin d'assurer une impartialité des plus absolues.

C'est un système complexe de pointage qui accorde une importance variable à toutes les activités de patinage de votre enfant dans notre région. Donc, tous les tests de danse réussis pendant l'année calendrier comptent pour les lauréats de danse. Les patineurs de style libre (tests et compétition) reçoivent des points basés sur les tests réussis durant l'année ainsi que sur les résultats obtenus (1^{re}, 2^e, 3^e et 4^e place) lors des différentes compétitions présélectionnées selon les catégories.

N'oubliez pas que la compilation des points pour les lauréats s'effectue pendant l'année calendrier (janvier à décembre) contrairement à la compilation des points donnant droit à un solo au Gala qui s'effectue pendant la saison Été/Automne / Hiver du Club.

Si vous désirez approfondir vos connaissances sur les critères de sélection donnant droit à un lauréat local ou régional, un document explicatif est disponible, pour consultation seulement, sur le site de Patinage Laurentides.

LES TYPES DE PATINAGE

Habilités de patinage (skills)

Les exercices des habiletés de patinage qui comprennent des courbes, des virages et des mouvements de transitions sont patinés.

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-élan.

La danse

La danse sur glace est véritablement de la danse de salle de bal sur glace. Elle se distingue du patinage en couple par l'absence de sauts, de pirouettes et de levées au-dessus des épaules. Il existe vingt-quatre danses imposées par Patinage Canada réparti dans les catégories suivantes : préliminaire, junior bronze, sénior bronze, junior argent, sénior argent

et or. Dans les compétitions de danse, les couples doivent exécuter une danse imposée, une danse originale et une danse libre.

L'Interprétation

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.

LE SYSTÈME DES TESTS DE PATINAGE CANADA

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. Les patineurs entreprennent généralement le système des tests dans le but d'obtenir un test OR ou plus. Il y a des tests pour toutes les disciplines.

- Tests Habiletés de patinage : Star 1
Star 2
Star 3
Star 4
Star 5
Senior Bronze
Junior Argent
Senior Argent
Or

- Tests Style Libre : Star 1
Star 2
Star 3
Star 4
Star 5
Senior Bronze
Junior Argent
Senior Argent
Or

- Tests Danse :	Star 1
	Star 2
	Star 3
	Star 4
	Star 5
	Senior Bronze
	Junior Argent
	Senior Argent
	Or
	Diamant

- Tests 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. Les entraîneurs peuvent également devenir des évaluateurs.

PROGRAMME SYNCHRONISÉ

Le patinage synchronisé consiste à apprendre une chorégraphie de groupe lors d'entraînement. Cette équipe pourra participer à des compétitions.

Le CPA Blainville/Ste-Thérèse supporte le programme de l'équipe Golding Ice.

Des pratiques se déroulent chaque semaine tout au long de la saison. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

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.

Voici quelques conseils pour motiver votre enfant :

- Insufflez-leur de l'enthousiasme et aidez-les à le garder
- Offrez-leur la possibilité de remporter du succès
- Choisissez un entraîneur qui correspond à la personnalité de votre enfant
- Soyez positifs et évitez de trouver des erreurs
- Faites-leur des compliments. 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
- 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.
- 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 qui 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).

BONNE SAISON 2019/2020 À TOUS !



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,

LA DIRECTION

