



## Informations concernant le Patinage Plus (PP)

Nous sommes très heureux de vous accueillir pour amorcer la saison de patinage. Nous vous souhaitons à tous une agréable saison.

### Habillement pour les séances :

Vêtements du club (pantalon/jupe-chandail)

Mitaines ou gants (deux paires si possible)

Casque protecteur certifié (étape 5 inclus)



Pour ceux qui n'ont pas de casque, les cheveux doivent être attachés (pas de cheveux dans le visage).

Il y a une chambre pour mettre les patins. Il est important qu'un adulte soit responsable du patineur pendant la séance. Si ce n'est pas le cas, veuillez nous indiquer quelle personne a la responsabilité de l'enfant pendant la séance, en cas d'urgence.

### Patins recommandés :



### Patins non recommandés :





## Informations concernant le Patinage Plus (PP)

### **Le patin doit :**

- Fournir un support latéral (rigidité à la cheville) ;
- Ne pas blesser le pied, ni arrêter la circulation du sang, il doit vous aller comme un soulier, ni trop petit, ni trop grand ;
- Être ajusté au pied lorsque celui-ci est appuyé au sol (les bottines trop grandes ou trop petites vont rendre l'apprentissage pénible en plus de blesser et de faire perdre l'équilibre du patineur. Pour vérifier l'ajustement exact, pousser les orteils au bout de la bottine, plier le genou de façon à pouvoir glisser un doigt derrière le talon ;

Concernant le laçage, la bottine doit être ajustée lâche aux orteils, et progressivement serrée jusqu'à la cheville, puis légèrement lâche à la jambe.

### **La lame :**

Les pointes à l'avant sont indispensables pour le patin artistique, la surface de la lame entrant en contact avec la glace doit présenter une légère dépression concave.

L'affûtage doit être fait par un expert et la profondeur de l'aiguisage varie selon le besoin du patineur.

### **Après chaque utilisation, les lames doivent être soigneusement essuyées.**

Les protèges- lames permettent aux patineurs de se déplacer hors glace sans abîmer les lames et l'aiguisage. Les protège- lames doivent être retirés lorsqu'on range les patins, afin d'éviter que les lames ne rouillent. Des couvre- lames en tissu ou tricot protègent contre l'humidité ou les éraflures. Éviter de laisser les patins dans des endroits à température extrême et renfermés (près d'un radiateur ou dans la voiture l'hiver), laissez votre sac ouvert pour les aérer.

Si vous prévoyez acheter une nouvelle paire de patins, soyez averti que les magasins de sport vendent des patins médiocres en général, souvent doublés en vinyle et qui cassent (se ramollissent) très vite. Ceux-ci ne sont pas de bons patins, ne dureront pas très longtemps et rendent l'apprentissage beaucoup plus difficile.

Les patins de qualité supérieure sont vendus dans plusieurs magasins spécialisés et qui souvent vendent aussi des patins usagés.

### **Rôle des intervenants :**

Les séances sont dirigées par des entraîneurs professionnels avec l'aide des assistants de programme et des bénévoles du CPA Verdun. Le travail de l'**entraîneur professionnel** est :

- D'organiser les séances,
- D'enseigner aux enfants les rudiments du patinage,
- D'évaluer les enfants,
- De distribuer les écussons
- De veiller à la sécurité lors des séances,
- De maintenir à jour les dossiers des enfants,

- De superviser le travail des assistants de programme,
- De communiquer avec les parents lorsque cela est nécessaire.

Les entraîneurs seront disponibles pour répondre à vos questions au début et à la fin de chaque séance.

Les **assistants de programme** sont des patineurs avancés qui offrent leur temps. Ce ne sont pas des entraîneurs professionnels. En début de saison, ces patineurs reçoivent une formation. Ce cours est donné par l'entraîneur professionnel responsable. Leur rôle est d'aider l'entraîneur dans ses tâches lors des séances. Leur travail consiste :

- À disposer le matériel pour la séance,
- À faire l'échauffement des enfants en début de séance,
- À organiser les circuits,
- À superviser un groupe d'enfants lors des séances,
- À faire pratiquer les patineurs de façon sécuritaire,
- À vérifier que les enfants mettent en pratique les conseils de l'entraîneur,
- À encourager les patineurs et à faire en sorte qu'ils s'amuse.

Tous les assistants de programme sont évalués dans leur travail au cours de la saison.

Mentionnons aussi l'importance des **bénévoles du CPA Verdun**. Ces personnes s'occupent :

- De prendre les présences des patineurs et des assistants de programme,
- De tenir à jour les dossiers des patineurs et des assistants de programme,
- De préparer les certificats des enfants
- De distribuer les communiqués lorsqu'il y en a,
- De consoler les blessés lors des séances,
- De veiller à la sécurité des séances,
- De répondre aux questions des parents.

**Si vous avez des questions, posez-les aux entraîneurs professionnels ou aux bénévoles responsables du CPA Verdun.**

### **Évaluation des patineurs :**

Les patineurs sont évalués exclusivement par les entraîneurs professionnels. Lorsque le patineur atteint les objectifs de réussite de son niveau, il reçoit un certificat et un écusson et passe au niveau supérieur.

Nous mettons à votre disponibilité la programmation de la saison, un document d'information pour l'équipement demandé (patin et endroit pour l'aiguillage).

**N'oubliez pas : Toutes ces personnes s'impliquent parce qu'elles ont à cœur le bon déroulement des séances et le bien-être des enfants. Gardez le sourire!**