

PATINAGE PRÉSCOLAIRE

Sessions
AUTOMNE 2015
HIVER 2016



OBJECTIFS DU PROGRAMME

Équilibre	Virages
Départs	Patinage arrière
Glissements	Croisés avant
Arrêts	Accélération

EXERCICES PRATIQUES POUR LES ENFANTS

- 1 S'asseoir et se relever.
- 2 Faire un départ en position de pingouin ou en «V».
- 3 Garder l'équilibre en tenant les bras de chaque côté du corps à la hauteur des hanches.
- 4 Aller toucher les pieds tout en glissant et se relever.
- 5 Patiner vers l'avant et arrêter en chasse-neige.
- 6 Patiner vers l'arrière en pliant les genoux et danser le twist (remuer les hanches).

PATINAGE LIBRE FAMILIAL

Aréna Raymond-Bourque

- Mercredi de 19 h à 20 h
- Samedi de 19 h à 20 h
- Dimanche de 13 h 30 à 14 h 30



AVEC CARTE-LOISIRS

Enfants 2 \$
Adultes 3 \$

SANS CARTE-LOISIRS

Enfants 3 \$
Adultes 4 \$

NOTES

Area for notes with horizontal dashed lines.

HORAIRE DES COURS

Patinoire A

GROUPES 2, 3 ET 4

AUTOMNE

26 septembre au 5 décembre 2015

HIVER

9 janvier au 19 mars 2016



- *Groupe 2*
Samedi de 8 h 30 à 9 h 25
- *Groupe 3*
Samedi de 9 h 30 à 10 h 25
- *Groupe 4*
Samedi de 10 h 30 à 11 h 25

GROUPE 1

AUTOMNE

29 septembre au 1^{er} décembre 2015

HIVER

5 janvier au 8 mars 2016

- *Groupe 1*
Mardi de 10 h à 11 h



RELÂCHE DES COURS

AUTOMNE

Tournoi de ringuette
Samedi 14 novembre 2015

HIVER

Tournoi de hockey mineur
Samedi 16 janvier 2016

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

FÊTE D'HALLOWEEN

Samedi 31 octobre 2015

9 h 30 à 11 h

Déguisement requis (aucun masque)

FÊTE DE NOËL POUR TOUS

Samedi 5 décembre 2015

9 h 30 à 11 h

Pour les événements spéciaux, les quatre groupes seront rassemblés.



RÈGLES ET CONSIGNES

- 1** L'enfant doit porter un casque protecteur muni d'une grille.
- 2** Un habillement chaud et sécuritaire est nécessaire. Mitaines, gants, manteau et pantalon chaud (un ensemble de nylon, par exemple).
- 3** Les patins tels que Micron et Devil's ne sont pas acceptés. Ceux-ci ne soutiennent pas suffisamment les chevilles et peuvent être dangereux pour les patineurs.
- 4** Les patins doivent être bien affûtés.
Renseignements à la boutique.
- 5** Les parents accompagnateurs doivent respecter les consignes des spécialistes.
Vitesse interdite sur la glace.

6

Les portes de la patinoire seront fermées 10 minutes après le début des cours et les retardataires seront refusés.

7

Il est interdit d'habiller les enfants dans les estrades. Les parents doivent habiller les enfants dans les chambres assignées :

- Samedi 8 h 30 Chambre 103 – 104
- Samedi 9 h 30 Chambre 101 – 102
- Samedi 10 h 30 Chambre 103 – 104
- Mardi 10 h Chambre 210

8

La présence continue d'un parent est obligatoire.

9

Les patineurs sont priés de quitter la glace immédiatement lorsque la cloche sonne.

10

Les patineurs inscrits aux sessions automne et hiver auront la priorité pour changer de groupe en janvier s'ils en ont fait la demande.

RENSEIGNEMENTS

Louise Gagné
Spécialiste responsable du cours

Stéphanie Fortin
Animatrice – Sports et loisirs
514 855-6110, poste 4884

**BONNE SAISON
À TOUS!**