



L'Axel est de retour

L'Axel, le bulletin d'information du CPA St-Hubert, est maintenant de retour pour cette saison. Par cette publication, vous pourrez suivre l'évolution du club et des patineurs, que ce soit au niveau des tests, des compétitions ou de tout autre événement spécial. Nous vous tiendrons informé aussi des changements et annulations de cours. L'Axel sera publié sur notre site Internet à cpasthubert.com.

Présentation du comité

Le comité administratif du CPA Saint-Hubert est composé de 12 membres élus en assemblée générale. Tous ces membres sont choisis par les parents, à l'exception de la représentante des entraîneurs qui, elle, est choisie par ses pairs. Le comité n'est pas rémunéré, il s'agit de parents comme vous qui désirent s'impliquer dans la bonne marche du club. Leur récompense est de voir le sourire des patineurs et parents lorsque vous les croisez dans les corridors.

Mario Sénécal
Président

Chers patineurs et parents, comme président, mon rôle premier est de coordonner l'ensemble des activités du club. Je prépare et préside toutes les assemblées du comité de même que l'assemblée générale annuelle de fin d'année. Je suis également responsable de représenter le club auprès des organismes externes et je m'assure du respect des règlements de Patinage Canada.

Josiane Charron
Secrétaire

Cette année, j'occupe le poste de secrétaire du comité. Mon principal travail consiste à prendre les minutes des réunions mensuelles du comité. Je suis responsable de préparer les principaux documents lors des réunions, de réserver des locaux ainsi que de prendre les messages de la boîte vocale du club.

Linda Gariepy
Trésorière

Bonjour et bienvenue au CPA Saint-Hubert. Comme trésorière, je suis responsable du contrôle des fonds du club. Je prépare et sou mets au Conseil le budget annuel et je présente un rapport financier à l'assemblée générale de fin de saison.

Michel Tomassini
Directeur des Membres
Directeur du Patinage Plus

Bonjour à tous et toutes. Mon nom est Michel Tomassini et je commence ma troisième saison au sein du conseil d'administration. Je vais vous résumer mes responsabilités au sein du comité. J'occupe plusieurs postes au sein du comité.

Mon premier poste est Directeur des Membres. Ce poste consiste principalement à s'occuper des inscriptions, à garder à jour les écussons des enfants du

2010, no 1

15 août 2010

Sommaire :

- De nouveaux plans de leçon au Patinage Plus sont maintenant arrivés.
- Écussons Patinage Plus réussis depuis septembre.
- Calendrier spécial du mois de décembre et des fêtes de Noël.
- Tests réussis des patineurs du club.

Dans ce numéro :

Quoi de neuf au Patinage Plus	3
Écussons réussis au Patinage Plus	4
Quoi de neuf au Semi-privé	5
Tests de patinage STAR réussis	6
Championnats provinciaux et liste des compétitions	7
Calendrier des fêtes	8-9
Dépistés & Invitation Gaétan-Boucher	10
Synchro Nova & Nouveau Harnais	11
Petites annonces	12

patinage plus, la gestion des membres à patinage Canada, etc.

Mon deuxième poste est Directeur du Patinage Plus. Ce poste consiste à s'occuper de tout ce qui touche au Patinage Plus soit, les enfants, les monitrices, les entraîneurs, la gestion des équipements, les formations aux nouvelles assistantes, etc. De plus, je m'occupe aussi du site internet avec Luc St-Pierre. Luc s'occupe surtout du côté présentation et graphique alors que moi je m'occupe plus de la publication.

Anne Drolet

Directrice des tests

Bonjour, il me fait plaisir de vous accueillir au sein du CPA Saint-Hubert comme responsable des tests. Mes tâches consistent à organiser les sessions de tests du club s'adressant aux patineurs privé/semi-privé.

Je m'occupe des inscriptions et des horaires et je fais venir des juges. Je suis également responsable des dossiers des patineurs concernant leurs tests essayés et réussis et je communique au besoin avec les responsables des tests d'autres clubs afin d'assurer le suivi des autorisations et résultats des tests que les patineurs passent à l'extérieur de leur club d'attache. Bonne saison à tous!

Daniel Giguère,

Directeur du patinage synchronisé

Mes responsabilités sont de faire le lien entre le CPA St Hubert et les équipes de patinage synchronisé NOVA. Vous devez vous améliorer constamment dans vos cours privé pour grandir dans la famille NOVA. N'hésitez pas à communiquer avec nous sur notre site www.novasynchro skating.com pour connaître notre programmation 2010-2011.

Luc St-Pierre,

Communications et publicité

Chers parents, chers patineurs, de mon côté je porte le chapeau des communications et de la publicité. Ceci implique les petits mémos que vous recevrez durant la saison, les informations dans l'Info-loisir ainsi que la publication d'information dans les journaux et autres médias. Je suis également responsable de la publication de l'Axel.

Nancy Charbonneau,

Représentante des entraîneurs

Bonjour, mon nom est Nancy Charbonneau et je suis représentante des entraîneurs pour l'année 2010-2011. Je serai présente aux réunions mensuelles du C.A. et ainsi, je pourrai transmettre l'information aux entraîneurs.

Je serai également disponible pour les entraîneurs, si ceux-ci ont des questions ou encore des opinions à partager avec le comité. Finalement, je tenterai de contribuer au bon fonctionnement du club, en amenant des idées et commentaires constructifs. Bonne saison à tous!

Daniel Brisson

Directeur STAR privé / Semi-privé

Bonjour, il me fait plaisir cette année de prendre le poste de directeur STAR privé / semi-privé. Mes principales responsabilités sont de veiller à la bonne coordination des activités STAR, à l'embauche et remplacement des entraîneurs, prendre les présences des patineurs et assurer la communication aux parents.

Jean-François Bélec

Directeur logistique

Bonjour, il me fait plaisir de vous décrire mes responsabilités au sein du comité. Je m'occupe d'approvisionner le club en matériel divers allant des boîtes de mouchoirs jusqu'aux manteaux des assistantes de programme. Lorsqu'il y a du matériel qui brise, c'est moi qui s'occupe de le réparer ou de le remplacer.

Patinage Plus est le programme vedette d'initiation au patinage de Patinage Canada, pour les débutants de tout âge. Les participants à Patinage Plus sont inscrits à un programme axé sur le plaisir, la participation et le perfectionnement des habiletés de base. Les leçons sont données en groupe par des entraîneurs professionnels certifiés du PNCE.



Quoi de neuf au **Patinage Plus** cette année ?

Plan de leçon

Cette année, le club est heureux de vous annoncer les nouveaux plans de leçons, conçus par les entraîneurs Manon Simard et Lorraine Perreault.

Ces plans de leçon permettront aux assistants de programme de suivre un plan détaillé pour chaque séance avec des activités et circuits intégrés. Les plans sont conçus sur un cycle de 4 semaines. Chaque fiche est imprimée en couleur et est plastifiée.

Ces plans sont l'aboutissement de plusieurs mois de travail de la part de nos entraîneurs professionnels.

Programme révisé de Patinage Canada

Parallèlement, vous verrez aussi une mise à l'essai du nouveau programme Patinage Plus révisé de Patinage Canada. Voici plusieurs changements excitants qui seront visibles sur la glace: l'échauffement chorégraphié, la voie rapide, les stations d'habiletés ainsi que la période de récupération.

Les objectifs sont de favoriser le mouvement continu, d'optimiser l'utilisation de la patinoire et de permettre aux patineurs d'utiliser toute la surface de la glace, au moins une fois par séance.

Nouveaux manteaux

Finalement, le club a décidé de clairement mettre en évidence son équipe d'entraîneur professionnel. Ils auront des manteaux rouges, identifiés « Entraîneurs » afin qu'ils soient plus facilement repérables sur la glace. Ces manteaux seront aussi utilisés au Semi-privé STAR.

Activités thématiques Patinage Plus

Journée de la Ferme 22 et 27 novembre

- ✓ Exceptionnellement, les patineurs peuvent venir patiner en « Jeans ».
- ✓ Nous organiserons des activités spéciales sur la glace

Fête de Noël 15 et 18 décembre

- ✓ Les patineurs peuvent amener leurs parents, frères et soeurs sur la glace.
- ✓ Tous les participants auront droit à une période d'échauffement, un petit cours d'initiation, une démonstration sur glace et d'autres surprises.

Les sports d'hiver 22 et 27 janvier 2011

- ✓ Activités spéciales sur la glace pour les patineurs Patinage Plus.

Annulation 11 décembre

Cours annulés le 11 décembre en raison de la compétition de patinage synchronisé.

Changement d'horaire 18 décembre

Le 18 décembre, le cours Patinage Plus sera de 13h à 14h - Centre-sportif Gaétan-Boucher.

Pour toute question ou commentaire sur le Patinage Plus, utilisez le courriel suivant: pp@cpasthubert.com





PATINAGEPLUS

Présenté par :



Écussons réussis au **Patinage Plus** depuis septembre

Voici la liste des patineurs qui ont réussi un ou plusieurs écussons depuis le début de la saison en septembre au Patinage Plus. Nous désirons souligner la persévérance de tous et chacun à l'intérieur de leurs leçons. Bravo !!

<u>Nom des patineurs</u>	<u>Niveaux d'écussons réussis</u>
--------------------------	-----------------------------------

Aragona Olivia	1
Baz Nadine	1 et 2
Beauchamp Léanne	1
Beaudoin-Roy Hugo	1
Beaudry Guillaume	1
Beaulieu Kellan	1
Bédard Megan	1 et 2
Béland Lexy	1 et 2
Béland Alya	1
Benoit Sarah-Maude	1
Bérubé Léa	1
Bessette Matisse	1, 2 et 3
Bleau Anne-Sophie	1
Bonenfant Lauriane	1 et 2
Bonneau Marie-Laure	1
Boudraa Amine	1
Cadet Kenya S.	1
Carpentier Kim	1 et 2
Charbonneau Claudine	1
Chatigny Lyli-Anne	1 et 2
Cheussom Jabang Jane	1
Kingsley Chen	1
Chibani Basma	1
Chibani Yasmine	1
Cloutier Alex	1 et 2
Cormier Étienne	1
Desbiens Jacob	1
Dion Béatrice	1
Dubé Léa-Catherine	1 et 2
Dussault Florent	1
Eude Clara	1 et 2
Zachary Forget-Roy	1
Fortin Samuel	1
Gendron-Demers Mégane	4
Georgiades Gabrielle	1 et 2
Girard Nicolas	1, 2 et 3
Hadj-Youcef Sabrina	1 et 2
Hallé Danaeve	1 et 2
Hébert Evelyne	1 et 2
Hébert Marie	1 et 2
HeppellLoïkim	1 et 2
Huot Myriam	1 et 2
Jalbert Catherine	1 et 2
Jalbert William	1, 2, 3 et 4
Jean-Baptiste Corina	1
Jean-Baptiste Thara	1 et 2
Jie Eva	1
Laforce Camille	1

<u>Nom des patineurs</u>	<u>Niveaux d'écussons réussis</u>
--------------------------	-----------------------------------

Lallemand Coralie	1
Lauzon Etienne	1
LeblancShawn-Ritchie	1
Leblanc-Boyte Miguel	1 et 3
Liang Kejia	1
Lizotte Megan	1 et 2
Lopez Jenny Melissa	1
Lopez David	1
Marbahi Shaimiêa	1 et 2
Marbahi Marwa	1 et 2
Massil Serik	2
McAuley Jeremy	1 et 2
Medjahri Yussra	1
Medjahri Ajillali	1
Medjahri Abir	1
Millan William	1
Nanu Maria	4
NguyenRyan-Alex	1
Noël Flavie	2
Ounnoughi Karen	1 et 2
Ounnoughi Cynthia	1 et 2
Pagé Jean-Michel	1
Paquette Léa	1
Paulin Samuel	1
Pelchat Samuel	1
Pépin Thomas	1
Pétrin Éloïck	1
Pitt William	1
Poirier Mathieu	1
Poirier Simon	1
Rail Meghan	1 et 2
Riendeau Jade	1
Riendeau Nathan	1
Roberge Léanne	1
Roch Noah	1
Roch Hermione	1
Roy Cynthia	1 et 2
Roy Alice	1
Roy Alyssa	1 et 2
Serik Éloïse	1
Serik Massil	1
Wan Ling Soug	2
Stoica Maria Sabina	1
Tabet Jonathan	1
Therrien Claudie	1 et 2
Velomanana Bôtre	1 et 2
Villeneuve Raphaël	1

Bravo à tous ces patineurs !!



Patinage STAR offre aux patineurs de tout âge l'occasion d'apprendre les habiletés de patinage de base dans les disciplines de la danse sur glace, des habiletés de patinage et du style libre. Unique au Canada, ce programme enseigne les habiletés de patinage artistique en leçons en groupe de manière progressive et logique, et offre des prix et des récompenses conçus spécialement pour ce groupe de patineurs.



Quoi de neuf au **Patinage STAR Semi-privé** ?

Écussons

Cette année, le club introduit des écussons pour ce programme. Chaque discipline de patinage possède des écussons pour chaque élément de style libre, chaque exercice d'habileté et chaque danse pour tout le niveau préliminaire. Les patineurs recevront également une affiche géante afin d'afficher leurs écussons reçus. Ces récompenses sont une façon constructive de motiver les patineurs à progresser dans le patinage.

Échauffement chorégraphié

Comme dans le Patinage Plus, le programme Patinage STAR Semi-privé introduit la période d'échauffement chorégraphié, allant de 7 à 9 minutes. Durant cette période, sous la supervision d'un entraîneur, les patineurs exécutent des mouvements dynamiques permettant de réchauffer l'ensemble des parties du corps pour avoir un entraînement efficace et sécuritaire.

Stroking supervisé

À environ toutes les 4 semaines, il y aura une période de stroking supervisé en grand groupe avec tous les patineurs. Cette période est importante parce qu'elle développe les habiletés de base à un patinage en puissance, agilité et améliore la coordination et la qualité des carres du patineur.

Bingo

Par ce jeu, les patineurs sont appelés à pratiquer des habiletés que nous n'avons pas toujours le temps de bien travailler. Les patineurs travailleront la tenue, l'endurance, les habiletés défis, ils pratiqueront aussi le patinage synchronisé ainsi que leur côté créatif.

Événements importants

Prochaine session de tests

16 et 18 décembre

Fête de Noël

15 et 19 décembre

- ✓ Les patineurs peuvent amener leurs parents, frères et soeurs sur la glace.
- ✓ Tous les participants auront droit à une période d'échauffement, un petit cours d'initiation, une démonstration sur glace et d'autres surprises.
- ✓ Il s'agira du dernier cours 2010.

Début des cours 2011

5 et 9 janvier 2011

Pour toute question ou commentaire sur le Semi-privé STAR, utilisez le courriel suivant: star@cpasthubert.com



Tests du club réussis - Session d'octobre

Danses

Danse préliminaire

Canasta

Cassandra Pothmann-Ducros
Sarah Wilson

Baby Blues

Laurie-Pier Clément
Roxanne Lacasse
Alexia Papantoniou
Shane Tétrault

Créative

Mariane Charbonneau

Danse junior bronze

Swing

Janie Bréard
Élodie Paré
Audrey Rousselle

Fiesta

Zaynab Belabdi
Laurie-Anne Bélec
Marianne Guimond
Frédérique Hébert-Mondragon
Jade Robichaud

Willow

Arianne Bonneau

Danse senior bronze

Ten-Fox

Cendrine Bellefleur
Élodie-Anne Gariépy
Marie-France Lavallée

Valse européenne

Yasmina Borduas
Geneviève Boucher-Costi
Bryan Pierro

Style libre

Préliminaire - éléments

Audréane Maurice

Préliminaire - programme

Alexanne Huard

Junior Bronze - éléments

Émilie Chandonnet
Mariane Charbonneau



PATINAGE STAR

Junior Bronze - programme

Marie Quijada-Souaid
Daphné Valade

Senior Bronze - éléments

Audrey Giguère

Senior Bronze - programme

Gabrielle Gauthier-Roy
Audrey Giguère

Interprétation simple - bronze

Rebecca Beaudette
Marie-Michèle Gauthier-Roy

Habilités

Préliminaire

Samantha Bellard
Laurie-Pier Clément
Frédérique Hébert-Mondragon

Junior bronze

Noémie Julien
Audréane Maurice

Senior bronze

Yasmina Borduas
Corinne Deller

Tests centralisés réussis - Sessions d'août et octobre

Danses

Senior argent

Paso Doble

Gabrielle Gauthier-Roy
Danycka Peiffer
Marie-Pier Ouellette

Blues

Gabrielle Gauthier-Roy
Marie-Michèle Gauthier-Roy
Virginie Govaerts

Or

Quickstep

Audrey Giguère

Habilités

Senior argent

Marie Quijada-Souaid

Interprétation

Couple - argent

Matthew Pierro &
Tabatha Cannon

Couple - or

Matthew Pierro &
Tabatha Cannon

Bravo à tous !!

Matthew Pierro et Simon Proulx-Sénécal aux Championnats provinciaux de patinage artistique



PATINAGE DE **COMPÉTITION**

Le CPA Saint-Hubert est fier de présenter deux de ses patineurs qui ont pris part aux championnats provinciaux de patinage artistique entre le 3 et 7 novembre dernier dans la grande ville de Sherbrooke. Les deux patineurs évoluent dans la discipline de la danse sur glace.

Matthew Pierro

Le premier patineur est Matthew Pierro qui évolue avec sa partenaire Tabatha Cannon du CPA Brossard dans la catégorie Pré-novice.

Simon Proulx-Sénécal

Le deuxième patineur, qui n'a sans doute plus besoin de présentation, est Simon Proulx-Sénécal qui fait équipe avec sa partenaire Jossyane Cholette dans la catégorie Junior danse.

La compétition des championnats provinciaux est l'aboutissement d'un entraînement de plusieurs heures par semaine durant toute la saison. Nous souhaitons bonne chance à ces patineurs dans la continuité de leur saison.

Calendrier des compétitions

Dans notre [babillard](#), nous mettons à votre disposition les formulaires de la plupart de ces compétitions. Vous trouverez aussi sur notre [site internet](#) les liens qui retournent directement vers les sites hôtes des événements.

À la fin d'une compétition, vous devez rapporter une photocopie de vos protocoles au club. Vous devez surligner en jaune la ligne qui contient votre nom et votre rang. Ces feuilles sont nécessaires à la compilation des Lauréats et bourses des patineurs du club.

Championnats "A" de section	Sherbrooke	Du 3 au 7 novembre
Invitation Gaétan Boucher	St-Hubert	Samedi 13 novembre
Invitation Saint-Jean	St-Jean-sur-Richelieu	Du 19 au 21 novembre
Invitation Marieville	Marieville	Du 26 au 28 novembre
Invitation Maurice-Richard	Montréal	Du 25 au 28 novembre
Défi de l'Ouest / et de l'Est BMO	Mississauga (Ont.)	Du 1er au 5 décembre
Invitation Monique Ricard	Longueuil	Du 3 au 5 décembre
Invitation Saint-Hubert (synchro)	St-Hubert	Du 11 au 12 décembre
Invitation Varennes	Varennes	Du 8 au 9 janvier 2011
Championnats nationaux juniors	Victoria, (C.-B.)	Du 17 au 20 janvier 2011
Finale régionale STAR / Michel-Proulx 2011 – Rive-Sud	St-Bruno	Du 21 au 23 janvier 2011
Jeux du Québec régionaux 2011 – Rive-Sud	Aréna René-Masson, Montréal	Du 28 au 30 janvier 2011
Championnats canadiens	Victoria, (C.-B.)	Du 21 au 23 janvier 2011
Championnats "B" de section	Montmagny	Du 4 au 6 février 2011
Rencontre des Jeunes Étoiles	Brossard	Du 5 au 6 février 2011
Invitation Rive-Sud	Greenfield Park	Du 11 au 13 février 2011
Invitation Sainte-Julie	Ste-Julie	Du 18 au 20 février 2011
Finale provinciale des Jeux du Québec	Saint-Timothée	Du 26 au 28 février 2011
Invitation Vaudreuil-Dorion	Vaudreuil-Dorion	Du 3 au 6 mars 2011
Finale provinciale STAR-Michel-Proulx	Mascouche	Du 24 au 27 mars 2011

Patinage Plus

Bloc du samedi



11 déc.	Cours Patinage Plus annulé	Raison : Compétition Invitation St-Hubert (Synchro)
18 déc.	Dernier cours régulier 2010 - Fête de Noël	Changement d'heures : 13h à 14h - GB
22 déc.	Cours Extra : pour le Patinage Plus du samedi	Horaire : 18h à 19h - RL

Bloc du lundi

13 déc.	Dernier cours régulier 2010 - Fête de Noël
---------	---

Semi-privé STAR

Bloc du mercredi



15 déc.	Dernier cours régulier 2010 - Fête de Noël
---------	---

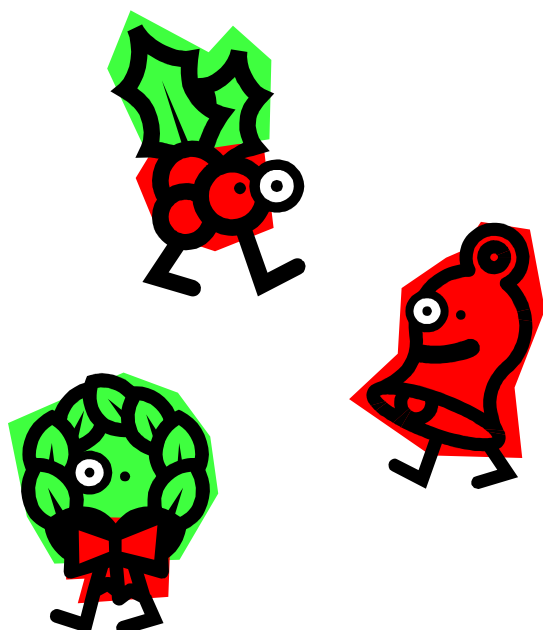
Bloc du dimanche

19 déc.	Dernier cours régulier 2010 - Fête de Noël
---------	---

Fête de Noël

Ho, Ho, Ho! Lors du derniers cours régulier 2010 de votre enfant, nous invitons les parents, frères et soeurs à venir patiner sur la glace en même temps. Il y aura une période d'échauffement chorégraphié, un mini-cours, des jeux, des démonstrations et, qui sait... peut-être une surprise !! Référez-vous au calendrier ci-dessus pour connaître la date de la fête de Noël de votre bloc.

Prendre note qu'une conduite sécuritaire est de rigueur en tout temps.



11 déc.	Aucun cours privé - Raison : Compétition Invitation St-Hubert (Synchro)	
14 déc.	Deniers cours privés réguliers 2010	
16 déc.	Session de tests	Aucun cours privé
18 déc.	Session de tests	Aucun cours privé

Horaire spécial de Noël

Le club offre aux patineurs des cours privés des blocs de glace mixtes pendant la période des fêtes. Les patineurs peuvent venir patiner sur n'importe quel bloc et pratiquer la ou les disciplines de leur choix. Toutefois, vous devez respecter les règles ci-dessous.

RÈGLES D'UTILISATION

- Doit être inscrit à au moins un bloc privé de la saison courante au CPA St-Hubert.
- Doit être avec un entraîneur accrédité du club sur la glace - ou un parent responsable qui restera dans les estrades pour surveiller son patineur.
- Le club ne garanti pas qu'il y aura installation de la radio ou de la musique. Les patineurs devront être autonomes.
- La sécurité et la courtoisie est de rigueur en tout temps sur la glace. Le club se réserve le droit d'expulser toute personne dangereuse.
- Les règlements du club s'appliquent en tout temps.

Semaine 1

Lundi		20 décembre
17h00	à	19h00
17h00	à	20h00

Mardi		21 décembre
17h00	à	19h00

Mercredi		22 décembre
08h00	à	10h00

Jeudi		23 décembre
17h00	à	21h00

Vendredi		24 décembre
08h00	à	12h00

Semaine 2

Lundi		27 décembre
08h00	à	10h00
17h00	à	19h00
17h00	à	20h00

Mardi		28 décembre
08h00	à	10h00
17h00	à	19h00

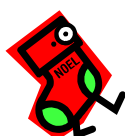
Mercredi		29 décembre
08h00	à	10h00

Jeudi		30 décembre
17h00	à	21h00

Vendredi		31 décembre
08h00	à	12h00

Pendant les 2 semaines

Glaces du matin			
Lundi au vendredi	6h00 à 7h45 AM	RL	Du 20 au 31 décembre



Pour tous les programmes
Recommencement du calendrier normal : Lundi le 3 janvier

RL = Centre sportif Rosanne-Laflamme
GB = Centre sportif Gaétan-Boucher



Dépistés - Patinage Plus

Le club est fier de faire participer ses patineurs au programme de développement de la Fédération de patinage artistique du Québec, développé conjointement avec l'Association régionale de patinage artistique de la Rive-sud.

Cette année, 4 jeunes filles âgées entre 5 et 7 ans ont été sélectionnées pour participer au programme. Les enfants sélectionnés prennent part à un séminaire régional qui aura lieu à Saint-

Jean sur Richelieu en décembre 2010. Aussi, ils auront la chance d'être initiés à la compétition lors de l'édition 2011 de l'Invitation Monique Ricard du 4 et 5 novembre et à la Rencontre des Jeunes Étoiles qui aura lieu à Brossard au début du mois de février 2011.

Les patineurs sont entraînés sous la direction de Nancy Mayrand, entraîneuse professionnelle assistée par Noémie Leblanc et Josiane Charron.



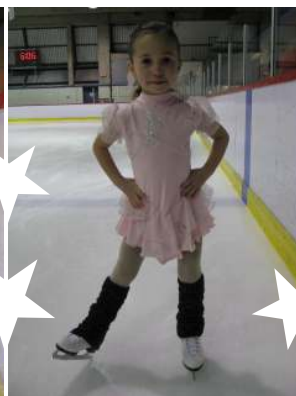
Salma Yousry
6 ans



Magalie Auclair
6 ans



Justine Bouchard
7 ans



Camille Tomassini
5 ans

Invitation Gaétan-Boucher - 2010

Le club tient à remercier ses bénévoles, ainsi que les officiels, pour leur chaleureuse contribution au succès de la compétition qui s'est tenue le 13 novembre 2010.

Bravo à tous nos patineurs du club qui ont participé à notre compétition cette année. Le club est très fier de vous.

Liste des participants du club:

Daphné HÉROUX
Marie-Pier OUELLETTE
Mariane CHARBONNEAU
Marie-Michèle GAUTHIER ROY
Catherine DAIGLE-ROY
Gabrielle GAUTHIER ROY
Daphné VALADE
Marie SOUAID
Valérie LABERGE
Cynthia POULAIN
Coralie DAVID
Charlotte WALLACE
Audrey-Ann ROUSSEAU
Arianne BONNEAU

Laurie-Anne BÉLEC
Sabrina POULIN
Samantha BELLARD
Bryan PIERRO
William LABERGE
Esther FEINBERG
Audrey ROUELLE
Janie BRÉARD
Shane TÉTRAULT
Victoria LABERGE
Léa TÉTRAULT
Mariane GUIMOND
Cendrine BELLEFLEUR
Élodie PARÉ



Présentation de Nova

Voici pourquoi vous aimeriez faire partie d'une équipe NOVA:

- ✓ Participer à des compétitions
- ✓ Vivre des expériences d'équipe:
 - Voyager en groupe
 - Vivre en hébergement « hôtel »
- ✓ Te mettre au défi et t'améliorer
- ✓ Mettre en pratique tes habiletés et ton talent
- ✓ Te faire de nouvelles amies
- ✓ Vivre des heures et des journées de patins remplies de plaisirs et de dépassement de soi
- ✓ Une expérience de vie

Pour toute information ou question au sujet du patinage synchronisé, veuillez consulter notre site internet à l'adresse suivante: www.novasynchroskating.com.

Démonstration NOVA



PATINAGE **SYNCHRONISÉ**

Venez voir la démonstration des équipes de patinage synchronisé Nova. Vous pourrez voir les programmes que les patineurs feront durant la saison.

Quand : Dimanche, le 28 novembre

Où : Centre-sportif Gaétan-Boucher

Heures : 19h à 21h



Nouveau harnais du club

Cette année, le club est heureux de vous annoncer le remplacement du harnais au Centre sportif Gaétan-Boucher. Le harnais permet d'assister les patineurs dans l'apprentissage des sauts doubles et du Axel.

Voici les consignes de sécurité à respecter:

- ✓ La patineuse doit suivre la ligne tracée au préalable par son entraîneur sous le câble d'acier qui traverse l'aréna.
- ✓ L'entraîneur doit suivre l'élève à environ 10 pieds de distance sur le côté et voir à ce que le câble soit bien à la verticale au dessus de l'élève.
- ✓ L'entraîneur ne doit jamais tirer sur la corde pour soulever l'élève.
- ✓ L'entraîneur doit suivre l'élève et prendre le mou de la corde et pour les premiers sauts retenir l'élève en l'air pour lui donner de la rotation et de la confiance.
- ✓ Il est très important, pour les sauts suivants, que l'entraîneur ne mette pas de tension sur la corde. Il doit seulement suivre le mouvement de l'élève pour prévenir un accident en cas de chute.
- ✓ L'élève ne doit pas utiliser le harnais plus de cinq minutes consécutives et doit continuer de pratiquer les mêmes sauts après avoir enlevé la ceinture.
- ✓ Travailler avec le harnais par séquence de 5 minutes avec et 5 minutes sans.

Petites annonces - CPA

Bonjour, je suis une ancienne patineuse artistique du CPA Saint-Hubert. J'ai plusieurs robes à vendre à un très bon prix et des jupes de pratiques. Communiquer avec moi



Mylène Therrien
Tel.: 514-518-4344
Courriel: mylenetherrien@hotmail.com

Patin de garçon Risport, grandeur 11, lame club 2000

Prix : 25\$

Courriel: lise.patch@videotron.ca

Veste polar bleue marine avec logo CPA St-Hubert

grandeur 4 -5 ans

prix : 20\$

Courriel: lise.patch@videotron.ca

Patins Jackson Freestyle avec lame sterling grandeur 4. Neuf valeur de 300 \$ (bottes 240\$ et lames 60\$) Prix demandé 125\$. Utilisés une saison en très bonnes conditions.

Chantal Provost
Tel.: 450-441-3714
Courriel: c.provost@videotron.ca

Robe de patin, compétitif grandeur 6-8 état neuf. Création unique de la boutique Xpression. Velours bleu texturé, jupe et manches en voilage mauve rose et jaune-vert. Paillettes et perlage à la main.



Préféablement me contacter par courriel car rarement à la maison merci.

Tel.: 450-445-1233
Courriel: charlou_rose@hotmail.com

Jackson mystique

Différentes grandeurs : 13 1/2, 1 1/2, 3 et 4. Les patins sont tous en excellente condition. Portés pendant seulement une saison.

Maryse Viens
Courriel : fredl1@videotron.ca

Patin artistique Jackson Mystique pour enfant, grandeur 11. Comme neuf, utilisé seulement une saison.

Contacteur Chantal
Tel.: 450-441-5071
Courriel: chflamand@videotron.ca

Patins Jackson Freestyle de grandeur 6B de femme

Patins Jackson Freestyle de grandeur 6B de femme, 1 an et 2 mois d'usage. En bonne condition. Prix demandé : 100\$

Courriel: isacaron@videotron.ca

Robes adultes grandeur larges à vendre, une robe de compétitions noire et violet, une robe interprétation tango noire et rouge (toutes deux portées une seule fois), plusieurs robe de pratique.

Demander Cynthia Lecours
Tél.: 450-589-3245
Cell.: 514-602-3245

Patins roses Jackson 11j pour fille à vendre pour patinage.

Acheté à 80\$
À vendre pour 40\$

Excellent état pour patinage artistique

Courriel: frabbath@gespropackaging.com
Tel.: 514-594-7015

Voir notre section de petites annonces sur notre site web
www.cpasthubert.com/-petites-annonces-



Soyez indiscrets

Durant la saison, les patineurs reçoivent régulièrement des feuillets d'informations. Or, souvent ces derniers mettent tous ces papiers dans le fond de leur sac de patinage où ils ne servent qu'à absorber l'eau qui s'égoutte de leurs patins. Alors pour vous assurer de bien recevoir toutes les informations, soyez indiscrets, fouillez dans le sac de votre enfant ! Aussi, notre site internet contient beaucoup d'informations régulièrement mises à jour. Finalement, nous mettons à votre disposition deux tableaux d'affichage ouverts lors des séances de patinage. N'hésitez pas à les consulter.