

MATERIEL

- Laçage des patins.
- 2 sortes de protèges lames sont conseillées : 1 plastique exclusivement pour marcher (sans abuser en particulier à l'extérieur ou dans la neige : cela abime les lames) et 1 en éponge pour le rangement dans le sac.

Il est impératif d'essayer les lames après chaque entraînement, ne pas laisser les protèges lames durs sur les lames. Stocker les patins sur le talon.

- Tenues adéquates :

-Vestes légères sans capuche, pas de gros blouson ou combinaison de ski.

-Gants (2 paires) mais pas de type moufles (jeux).

-Cheveux attachés (même sous le casque, attention à utiliser des barrettes plates).

-Chaussettes hautes et sans motifs.

Marquer la veste du club ainsi que les protège-lames et les gourdes (si vous en avez).

Le matériel oublié est déposé sur l'armoire au pied de l'escalier.

- Le club vend du matériel (protèges lames, collants, vestes, ...) : nous contacter par mail ou téléphone si besoin. Vestes du Club à commander.

SEANCE D'ENTRAINEMENT

- Emmener l'enfant aux toilettes avant l'entraînement.
- Prévoir 1 bouteille d'eau en bord de piste et des kleenex.
- L'entraînement débute par un échauffement d'où la nécessité d'arriver à l'heure en piste, donc prévoir le temps nécessaire pour l'équipement.
- Les objectifs sont une acquisition technique mais aussi artistique tout en restant le plus possible ludique. Dans tous les cas les priorités sont autonomie (connaissance de la discipline) et épanouissement.
- Pour ne pas déconcentrer les patineurs, **les parents ne restent pas dans les gradins** . Une séance est ouverte le dernier lundi de chaque mois.
- Les initiatrices sont des jeunes issues du club qui passent le Brevet Fédéral ainsi que le brevet de secourisme (certaines sont déjà diplômées) + une diplômée BPJEPS.
- La responsable technique du club est Laurence Baudouin, diplômée BEES 2°.

ORGANISATION ENTRAINEMENT

- Les groupes sont établis par niveau prioritairement et moins par l'âge et les années de pratique.
- Samedis de vacances : pas d'entraînement.
- Week-end de compétitions : les entraînements sont maintenus dans la mesure du possible. En cas de cours annulé, une information est portée sur le site du club, par mail et whatsapp.

- Des modifications, indépendantes de notre volonté, peuvent survenir dans l'année (matches de hockey, sélections de short-track, occupation de la patinoire, travaux...)
- La liste des enfants pouvant être concernés par les stages est précisée 1 mois avant chaque stage sur le site du club.
- L'heure de l'entraînement gala (samedi 13h30) concerne un groupe de patineurs d'expérience qui présentera le gala de Noël (15 Déc et 29 Déc) et une partie des galas de Février.
- Tous les autres patineurs peuvent participer aux galas d'hiver en s'engageant de leur présence tant aux entraînements que aux répétitions et galas.

VIE DU CLUB, BENEVOLAT

Le club pratique des tarifs au plus juste grâce à l'aide de tous. C'est pour cela que le bureau sollicitera votre aide au cours de la saison. Voir Clara pour s'inscrire.

- Lors des galas 24 février et 27 février, auxquels participent tous les enfants du club, les parents seront sollicités pour apporter leur aide à la confection des décors, des costumes, pour tenir la buvette...ainsi que le jour des galas pour installer les décors et gérer les enfants les plus jeunes. Stéphanie référent costume et Alain référent décor.
- La coupe Gérard Prido, Tournoi Fédéral cette année, organisée par le club aura lieu le week-end du 5 et 6 décembre prochain. Les parents seront invités à s'inscrire sur une tranche horaire de 2h, pour apporter leur aide à la cafétéria et au stand de vente de vêtements/matériel de patinage. Tous les patineurs du club sont invités à venir assister à la compétition au cours du week-end, et encourager les compétiteurs du club, l'entrée est gratuite.
- Le club sollicite les parents volontaires pour venir distribuer les patins lors des séances publiques prévues pendant les vacances scolaires de Noël, Février, été : 1 à 2 soirs par semaine, de 20h30 à 23h. Un appel sera lancé quand nous aurons les dates (ces soirées sont rémunératrices pour le club, une vraie aide financière au fonctionnement).

EVENEMENTS

- **Galas pour tout le club (sur inscription)**

Les 24 février et 27 février, Une fiche d'inscription avec les mensurations de votre enfant pour les costumes peut vous être transmise ou téléchargeable sur le site du club. Le costume est prévu par le club mais la base est à la charge des parents (en général collant et col roulé).

- Le passage des lames se fera le **31 mars ou le 15 mai et le passage des médailles le 5 avril ou le 17 mai (seulement 1 des 2 dates et en fonction de l'ouverture de la patinoire)**
- La fête du club (parcours chronométré) aura lieu le **mercredi 2 juin**, elle sera suivie de la remise des médailles et l'assemblée générale du club.

COMMUNICATION

- site internet ([http:// club. quomodo. com/ club_ glace_ fontromeu](http://club.quomodo.com/club_glace_fontromeu)) , tableau, mail, téléphone, page facebook, boîte à lettre dans la patinoire à côté du panneau d'affichage. Un nouveau site est en cours d'élaboration.
- Les papiers manquants sont à déposer dans la boîte aux lettres à côté du tableau.
- Contact :

Dolma : Pour les questions de paiement: cgfrcompta@hotmail.com

Laurence : Pour les questions concernant l'entraînement, : cgfr@live.fr , 06 10 91 25 54

Clara : lien et gestion des groupes de bénévoles, cgfrpatinage66@gmail.com

- L'ensemble des dates (stages, compétitions, galas) figure sur le site du club.

Les dates importantes de la saison à retenir :

*Compétitions 2020/2021

31 oct / 1 nov TF Briançon

21/22 Novembre TDF Valence

5/6 Déc Coupe G.Prido TF Font-Romeu

9/10 Janvier TF Chambéry

23/24 Janvier TDF Garges

30/31 Janvier Trophée de Castres (Ligue)

6/7 Mars Trophée du soleil (Ligue) Montpellier

10/11 Avril Coupe de Blagnac (Ligue)

27/28 mars Critérium National Le Havre

8 Mai Narbonne

31 mars ou 15 Mai Passage de lames

5 avril ou 17 Mai Passage médailles de club

2 Juin Fête du club et AG

*Stages

Du 26 au 30 Octobre

Du 28 au 31 Décembre

Du 22 au 26 Février

Du 26 au 30 Avril

*Galas/STREET/ RUE

Thème : CATS

7 décembre Essayage des costumes à 17h

9 Décembre Répétition Générale en costume

Mardi 15 Décembre GALA POUR LES ECOLES à 14h45

Échauffement à 12h30

Mardi 29 Décembre GALA DE NOËL à 19h

Répétition en journée

Échauffement en piste à 18h15

Thème : MONOPOLY

27 Janvier de 16h à 19h Essayage des costumes

3 Février de 14h à 16h Répétition générale en costume

Mercredi 24 Février GALA à 19h30

Répétition en journée échauffement des petits à 19h

Samedi 27 Février GALA à 19h30

Arrivée de tous les patineurs à 18h15, échauffement des petits à 19h