



ASSOCIATION DES CLUBS DE PATINAGE ARTISTIQUE  
DES RÉGIONS DE LA CAPITALE NATIONALE  
ET CHAUDIÈRE-APPALACHES

# SÉMINAIRE RÉGIONAL

**23 et 24 avril 2022**

## **CENTRE DE GLACES INTACT (SAINTE-FOY)**

**Le séminaire est offert aux patineurs(es) de STAR 4 et plus**

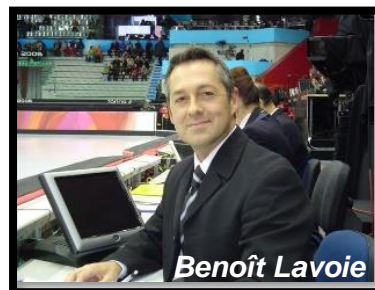
### **Intervenants**



*Manon Perron*



*Julie Marcotte*



*Benoît Lavoie*

**HORAIRE 8H À 17H**

### **ATELIERS SUR GLACE ET HORS GLACE**

#### **ATELIERS SUR GLACE**

- Sauts
- Pirouettes
- Habiletés de patinage (Skating Skills)
- Composante de programme (interprétation)

#### **ATELIERS HORS GLACE**

**Ateliers offerts aux patineurs :**

- Ces juges et moi
- Les Jeux Olympiques, un rêve ou une réalité.

**Atelier offert aux entraîneurs :**

- La réussite par l'incontournable travail d'équipe.

**Atelier offert aux parents :**

- Et si on parlait des vraies affaires

**Note:** Le séminaire se déroulera sur une période de 2 jours. Tous les participants doivent être disponibles et présents pour la durée complète du séminaire.

**Coût de l'inscription : 125.00 \$ pour les deux jours. Limite d'inscriptions : 60**

**Vous devez vous inscrire et répondre aux critères dans l'un des groupes suivants :**

- Groupe 1 - STAR 4 et STAR 5 moins de 10 ans et Sans Limites  
(Critères : réussir tous les sauts simples et travailler l'Axel et 1 ou 2 Doubles sauts)
- Groupe 2 - STAR 4 et STAR 5 11 ans et plus et Pré-Juvenile  
(Critères : maîtriser l'Axel et travailler plusieurs Doubles sauts)
- Groupe 3 - STAR 6 et plus et Juvenile et plus  
(Critères : réussir 3 Doubles sauts au minimum)

**Entraîneurs** – inscription 40\$ pour les deux jours. Les entraîneurs sont bienvenus sur la glace et dans les ateliers hors glace.

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION 12 MARS 2022**

CLIQUEZ SUR LE [LIEN SUIVANT](#) POUR VOUS INSCRIRE

Paiement par virement bancaire à l'adresse courriel : [bourbonnais.carole@gmail.com](mailto:bourbonnais.carole@gmail.com).

La réponse à la question secrète : seminaire