



## 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](http://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.novasynchroskating.com](http://www.novasynchroskating.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.



**PATINAGEPLUS**

Présenté par :



## 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](mailto: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>	<u>Nom des patineurs</u>	<u>Niveaux d'écussons réussis</u>
Aragona Olivia	1	Lallemand Coralie	1
Baz Nadine	1 et 2	Lauzon Etienne	1
Beauchamp Léanne	1	LeblancShawn-Ritchie	1
Beaudoin-Roy Hugo	1	Leblanc-Boyte Miguel	1 et 3
Beaudry Guillaume	1	Liang Kejia	1
Beaulieu Kellan	1	Lizotte Megan	1 et 2
Bédard Megan	1 et 2	Lopez Jenny Melissa	1
Béland Lexy	1 et 2	Lopez David	1
Béland Alya	1	Marbahi Shaimiêa	1 et 2
Benoit Sarah-Maude	1	Marbahi Marwa	1 et 2
Bérubé Léa	1	Massil Serik	2
Bessette Matisse	1, 2 et 3	McAuley Jeremy	1 et 2
Bleau Anne-Sophie	1	Medjahri Yussra	1
Bonenfant Lauriane	1 et 2	Medjahri Ajillali	1
Bonneau Marie-Laure	1	Medjahri Abir	1
Boudraa Amine	1	Millan William	1
Cadet Kenya S.	1	Nanu Maria	4
Carpentier Kim	1 et 2	NguyenRyan-Alex	1
Charbonneau Claudine	1	Noël Flavie	2
Chatigny Lyli-Anne	1 et 2	Ounnoughi Karen	1 et 2
Cheussom Jabang Jane	1	Ounnoughi Cynthia	1 et 2
Kingsley Chen	1	Pagé Jean-Michel	1
Chibani Basma	1	Paquette Léa	1
Chibani Yasmine	1	Paulin Samuel	1
Cloutier Alex	1 et 2	Pelchat Samuel	1
Cormier Étienne	1	Pépin Thomas	1
Desbiens Jacob	1	Pétrin Éloïck	1
Dion Béatrice	1	Pitt William	1
Dubé Léa-Catherine	1 et 2	Poirier Mathieu	1
Dussault Florent	1	Poirier Simon	1
Eude Clara	1 et 2	Rail Meghan	1 et 2
Zachary Forget-Roy	1	Riendeau Jade	1
Fortin Samuel	1	Riendeau Nathan	1
Gendron-Demers Mégane	4	Roberge Léanne	1
Georgiades Gabrielle	1 et 2	Roch Noah	1
Girard Nicolas	1, 2 et 3	Roch Hermione	1
Hadj-Youcef Sabrina	1 et 2	Roy Cynthia	1 et 2
Hallé Danaeve	1 et 2	Roy Alice	1
Hébert Evelyne	1 et 2	Roy Alyssa	1 et 2
Hébert Marie	1 et 2	Serik Éloïse	1
HeppellLoïkim	1 et 2	Serik Massil	1
Huot Myriam	1 et 2	Wan Ling Soug	2
Jalbert Catherine	1 et 2	Stoica Maria Sabina	1
Jalbert William	1, 2, 3 et 4	Tabet Jonathan	1
Jean-Baptiste Corina	1	Therrien Claudie	1 et 2
Jean-Baptiste Thara	1 et 2	Velomanana Bôtre	1 et 2
Jie Eva	1	Villeneuve Raphaël	1
Laforce Camille	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](mailto: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.

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

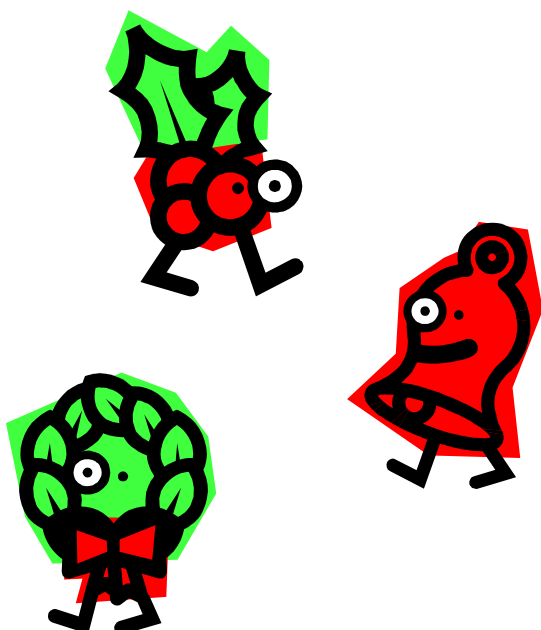
#### Bloc du dimanche

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.



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

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

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

<b>Lundi</b>	<b>20 décembre</b>
17h00	à 19h00 GB
17h00	à 20h00 RL

<b>Mardi</b>	<b>21 décembre</b>
17h00	à 19h00 GB

<b>Mercredi</b>	<b>22 décembre</b>
08h00	à 10h00 RL

<b>Jeudi</b>	<b>23 décembre</b>
17h00	à 21h00 RL

<b>Vendredi</b>	<b>24 décembre</b>
08h00	à 12h00 RL

#### Semaine 2

<b>Lundi</b>	<b>27 décembre</b>
08h00	à 10h00 RL
17h00	à 19h00 GB
17h00	à 20h00 RL

<b>Mardi</b>	<b>28 décembre</b>
08h00	à 10h00 RL
17h00	à 19h00 GB

<b>Mercredi</b>	<b>29 décembre</b>
08h00	à 10h00 RL

<b>Jeudi</b>	<b>30 décembre</b>
17h00	à 21h00 RL

<b>Vendredi</b>	<b>31 décembre</b>
08h00	à 12h00 RL

#### Pendant les 2 semaines

<b>Glaces du matin</b>			
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](http://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](mailto:mylenetherrien@hotmail.com)

Patin de garçon Risport, grandeur 11, lame club 2000

Prix : 25\$

Courriel: [lise.patch@videotron.ca](mailto:lise.patch@videotron.ca)

Veste polar bleue marine avec logo CPA St-Hubert

grandeur 4 -5 ans

prix : 20\$

Courriel: [lise.patch@videotron.ca](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:frabbath@gespropackaging.com)  
Tel.: 514-594-7015

Voir notre section de petites annonces sur notre site web  
[www.cpasthubert.com/-petites-annonces-](http://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.