



Développement Patinage Plus

Le programme Développement Patinage Plus s'inscrit dans le volet «Apprendre à patiner» de Patinage Canada, il prépare les patineurs à leur développement futur au sein de notre sport. À ce stade, les entraîneurs enseignent de nombreuses habiletés de mouvements fondamentaux en plus d'encourager les participants à s'amuser à exécuter les mouvements sur la glace. Notre programme vise à inculquer de bonnes bases de patin, mais aussi à stimuler suffisamment l'intérêt des participants pour qu'ils continuent à patiner toute leur vie.

Objectifs

- Créer un environnement d'apprentissage actif et agréable qui motive les patineurs et stimule leur développement sportif et personnel, approprié à ce stade particulier.
- Développer les habiletés fondamentales du mouvement sur la glace (déplacement, arrêt, virage, saut, pirouette).
- Initier les participants aux habiletés motrices (agilité, équilibre, coordination, vitesse, rythme, orientation spatiale et temporelle, dextérité, coordination mains-yeux, etc.).
- Initier les patineurs aux activités auxiliaires (échauffement, hydratation, récupération, étirements, etc.).

Où

Aréna Ahuntsic
10560 Rue St-Hubert

Quand

Les samedis du 9 septembre au 3 février
De 15h30 à 16h30, soit 1h sur glace et
15 minutes hors-glace (horaire à définir)
1 entraîneur pour 8 patineurs

Pour qui ?

Ce programme s'adresse aux enfants de 5 ans et plus qui ont déjà appris le patinage avant et arrière, qui sont capables de s'arrêter sur demande, sans l'aide des bandes. Ainsi, l'**Étape 2** du programme Patinage Plus doit être **réussie*** pour s'inscrire à ce cours.

*Des exceptions peuvent s'appliquer, une évaluation par un entraîneur est toutefois nécessaire.

Par qui ?

Ateliers techniques en petits groupes qui sont enseignés par un entraîneur : un entraîneur pour 8 patineurs.

Combien ? Membre Patinage Ahuntsic : 215\$* (s'il s'agit du seul programme auquel participe le patineur, les frais d'administration et la cotisation à Patinage Canada, totalisant 55\$, sont en suppléments).

*Un patineur inscrit à une autre école de Patinage Plus et à ce programme de développement bénéficie d'un rabais de 30\$.