



Patinage synchronisé pour débutants

Le cours consiste à joindre une équipe de patinage synchronisé de niveau débutant, **Les Étoiles d'Ahuntsic**. Il s'adresse aux patineurs des niveaux suivants : Étapes 5 ou 6 complété en Patinage Plus, STAR 1 ou STAR 2. Les patineurs de l'équipe y consacreront 1 h 50 par semaine (temps sur glace et/ou hors glace) pour un total de 18 cours.

Objectifs

- Améliorer la qualité de glisse et des virages
- Développer la musicalité, le mouvement et la perception de l'espace.
- Acquérir des habiletés sociales et humaines en pratiquant un sport collectif

Où

Aréna Ahuntsic
10560 Rue St-Hubert

Quand

Les dimanches du 10 septembre au 10 décembre
de 16h00 à 18h00

Et noter le changement d'horaire pour
Les dimanches du 7 janvier au 4 février
de 14h40 à 16h30

Pour qui ?

Le cours de patinage synchronisé s'adresse aux patineurs intéressés par la pratique d'un sport d'équipe sur glace. Il permet d'apprendre des éléments techniques utiles aux différentes disciplines du patinage (danse, style libre, couple) en les pratiquant en équipe. Chaque séance consistera à des exercices de patinage réalisés d'unisson avec d'autres patineurs qui permettront à chacun de s'améliorer individuellement, le tout au rythme de la musique.

L'équipe constituée apprendra une routine de patinage synchronisé qui sera travaillée tout au long de la saison. Les patineurs s'impliquant dans l'équipe s'engagent à être présents régulièrement tout au long de la saison.

Par qui ?

Anne ROUDAUT et un second entraîneur

Combien ? Membre Patinage Ahuntsic : 225\$ (s'il s'agit du seul programme auquel participe le patineur, les frais d'administration et la cotisation à Patinage Canada sont en supplément). Sans frais supplémentaire pour la participation au spectacle.