



**PATINAGE
QUÉBEC**

Journée d'entraînement pour garçons

**TROUSSE D'INFORMATION POUR
ASSOCIATIONS RÉGIONALES**

2025 - 2026

7665, boulevard Lacordaire
Montréal, QC H1S 2A7

☎ 514 252-3073

✉ patinage@patinage.qc.ca

🌐 patinage.qc.ca

Table des matières

Objectif	3
Clientèle visée.....	3
Structure de l'activité	3
Inscription	4
Date limite d'inscription	5
Engagement des régions	5
Engagement de Patinage Québec	5
Outils disponibles	6
Contact.....	6



ACTIVITÉ POUR GARÇONS

Objectif

Cette activité vise à promouvoir la participation des garçons au patinage artistique, en favorisant un sentiment d'appartenance au sein d'un environnement accueillant et soutenu par des intervenants masculins. L'événement se veut inclusif et convivial, permettant à des patineurs de tous les niveaux de s'y joindre et de vivre une expérience positive.

Par la tenue et la promotion de cette activité annuelle, Patinage Québec souhaite :

- Encourager la multiplication d'initiatives similaires à travers le Québec ;
- Appuyer les régions dans l'organisation de telles activités ;
- Favoriser le développement et la pérennité de ce type d'événement ;
- Assurer l'accessibilité à tous, peu importe le niveau ou le milieu d'origine.

Clientèle visée

Tous les patineurs garçons de tous niveaux (PP/STAR/Compétitif) sont invités à participer à cette journée d'activités.

Structure de l'activité

Cette activité spéciale, conçue pour intéresser et inspirer les garçons, se déroulera sur une demi-journée et sera divisée en trois volets complémentaires, chacun visant à faire découvrir différentes facettes du patinage artistique tout en favorisant l'engagement et le développement des participants. Les groupes seront répartis selon le niveau des patineurs.

1. Atelier sur glace

Les participants auront l'occasion unique de vivre une expérience sur glace accompagnés d'entraîneurs et de patineurs de l'Équipe du Québec. Ils seront initiés à plusieurs disciplines du patinage artistique : le patinage en simple, en couple, en danse sur glace et en patinage synchronisé. Cet atelier permettra de développer des habiletés techniques tout en découvrant la diversité et la richesse du sport.

2. Atelier hors glace

Un atelier hors glace sera également proposé afin de travailler des déterminants physiques et techniques liés au patinage, tels que la coordination, l'agilité, la souplesse et la posture. Cet atelier permettra aussi de créer une ambiance dynamique et inclusive favorisant l'apprentissage par le mouvement.



3. Atelier-conférence

Un athlète de l'Équipe du Québec viendra partager son parcours inspirant, ses expériences en tant que patineur de haut niveau et les efforts déployés pour atteindre ses objectifs. Cette conférence offrira aux garçons un modèle positif de persévérance, d'engagement et de passion pour le sport.

Horaire typique :

GROUPE	HEURE	DÉROULEMENT
Groupe 1	8 h 30	Arrivé à l'aréna
	9 h 00 - 9 h 50	Hors glace
	10 h 05 - 11 h 15	Atelier sur glace
	11 h 35 - 12 h 35	Conférence

GROUPE	HEURE	DÉROULEMENT
Groupe 2	9 h 45	Arrivé à l'aréna
	10 h 15 - 11 h 05	Hors glace
	11 h 25 - 12 h 35	Atelier sur glace
	12 h 55 - 13 h 55	Conférence

GROUPE	HEURE	DÉROULEMENT
Groupe 3	10 h 00	Arrivé à l'aréna
	10 h 20 - 11 h 20	Conférence
	11 h 40 - 12 h 30	Hors glace
	12 h 50 - 14 h 00	Atelier sur glace

Inscription

Le coût d'inscription pour les patineurs est de 50 \$.

Patinage Québec mettra un lien d'inscriptions disponible pour l'activité sur le plateforme Splex (www.splex.com).

Les patineurs peuvent donc s'inscrire tout simplement en se connectant à leur compte Splex. Patinage Québec assurera la gestion d'inscriptions et vous fournira des rapports des participants.

Les entraîneurs peuvent assister gratuitement à la journée d'activité afin d'accompagner leur athlète. L'inscription n'est pas nécessaire et la participation qualifiera pour les points de perfectionnement PNCE.



Date limite d'inscription

La date limite d'inscription sera 2 semaines avant la date de l'activité.

Engagement des régions

La région organisatrice de l'activité s'engage à tenir informée la coordonnatrice aux programmes et l'Équipe du Québec du déroulement de l'organisation de l'événement.

La région sera responsable de :

- Recruter les intervenants provenant de leur région ;
- Former les groupes de participants ;
- Assurer la logistique et la tenue de l'événement.

Afin de contribuer à la promotion de l'activité dans votre région, nous vous invitons également à prendre des photos pendant l'événement et à les partager sur vos médias sociaux.

Enfin, la région est responsable de faire parvenir à Patinage Québec, par courriel, les factures des différents intervenants pour traitement.

Engagement de Patinage Québec

Patinage Québec s'engage à vous soutenir dans l'organisation de l'activité des garçons de votre région en assurant :

- L'accompagnement
- La diffusion et la publicité
- La gestion financière (facturation, paiement, etc.)
- Le rayonnement

Nous nous engageons à collaborer avec les régions afin d'aider et soutenir le bon déroulement de votre événement. Qu'il s'agisse de partager la liste des participants inscrits sur Splex, des suivis des inscriptions réguliers, des diffusions et publicités sur les différentes plateformes numériques, de la gestion financière jusqu'au rayonnement de votre région, nous serons là pour vous aider!

Toutes les dépenses devront être autorisées au préalable par Patinage Québec.



Outils disponibles

Nous offrons des outils variés afin de vous aider dans la planification de votre journée d'entraînement des garçons, tels que :

- Planification budgétaire
- Format de publicité
- Documentation logistique

Contact

Pour plus des renseignements, veuillez contacter la coordonnatrice aux programmes de Patinage Québec.





PATINAGE
QUÉBEC