

Semaine du 20 au 26 novembre 2023

***STAR 3 et plus:** Chaque entraîneur sépare ses élèves de façon égale dans le BLOC 1 ou le BLOC 2, et le BLOC AJUSTEMENT en dépannage seulement pour équilibrer les patineurs tout en respectant les critères suivants:

*** Le niveau *l'âge et * l'heure de la fin des classes et ce, même quand il est absent**

- *STAR 3 : TOUJOURS DANS le BLOC 1 (Patine le lundi et samedi + 2 autres soirs au choix)
- *STAR 4 et STAR 5 1^{ère} année : Peuvent se promener dans les BLOC 1, BLOC 2 et BLOC AJUSTEMENT. Dans le BLOC 1, le STAR 5 1^{ère} année, seulement si pas d'autre alternative pour l'entraîneur Vérifiez TOUJOURS le bloc où votre entraîneur vous a cédulé.
- *STAR 5 2^e année et plus : Toujours dans le BLOC 2
- *STAR 1 et 2 : Patinent le lundi et le samedi et a droit à UN BONUS/semaine de cours privé entre 4h00 et 4h30, le mardi ou mercredi ou jeudi BL ou vendredi et entre 5h00 et 5h30, le jeudi à TM (valider avec votre entraîneur)
- *TOUS les patineurs Star 1 et plus ont droit au HORS GLACE du JEUDI, au STYLE LIBRE et au PERFECTIONNEMENT du dimanche

BONUS SPÉCIAL GRÈVE

En plus des heures régulières, nous avons la chance d'avoir des heures supplémentaires de Style-Libre qui seront offertes aux patineurs Star 1 et +.

Arena de Thetford seulement.

Mardi 21 novembre :

- 13h-14h20 Star 1-4
- 14h20-16h00 Star 5 et plus

Mercredi 22 novembre :

- 13h00-14h30 Star 5 et plus
- 14h30-15h50 Star 1-4

Jeudi 23 novembre :

- 9h00-10h20 Star 1-4
- 10h20-11h50 Star 5 et plus

LUNDI TM	MARDI TM 15H45 à 18h20	MERCREDI BL 16h10 à 17h50 50 minutes pour tous	JEUDI TM - 17h00 à 18h50 HORS GLACE : 16h20 à 16h50 BL - 16H à 17h50	VENDREDI TM 16h00 à 17h50 50 minutes pour tous	SAMEDI TM	DIMANCHE TM
PATINAGE PLUS AVANCÉ	STYLE LIBRE et HABILETÉS STAR 3 et plus	STYLE LIBRE et HABILETÉS STAR 3 et plus	STYLE LIBRE et HABILETÉS STAR 3 et plus	STYLE LIBRE et HABILETÉS STAR 3 et plus	STYLE LIBRE et HABILETÉS	DANSES et HABILETÉS de TESTS
<p>*15h45 -16h55 <u>avec entraîneurs</u></p> <p>*16h15 -16h55 <u>Cours de groupe avec entraîneur</u></p> <p><u>Star 1,2 et 3</u></p> <p><i>Simulation Voir horaire sur page Facebook.</i></p> <p>*16h55 - 17h50</p>	<p>16h-16h15 Style-Libre STAR 3 et plus</p> <p><u>Star 4 et plus</u></p> <p><i>Simulation Voir horaire sur page Facebook.</i></p> <p>*16h15 à 18h20</p>	<p>BLOC 1 <i>Star 3 toujours dans Bloc 1</i></p> <p>Star 3 et 4 : *16h10 à 17h00</p> <p>Star 5 1^{ère} année *16h10 à 17h00 Seulement si nécessaire pour équilibrer les cours des entraîneurs</p> <hr/> <p>BLOC AJUSTEMENT UN SEUL PATINEUR PAR ENTRAÎNEUR</p> <p>Star 4 ou Star 5 (1^{ère} année seulement)</p> <p>*16h30 à 17h20</p> <hr/> <p>BLOC 2</p> <p>Star 4 et 5 *17h00 à 17h50</p>	<p>THETFORD</p> <p>*16h20 à 16h50 HORS GLACE Star 1 et plus</p> <p><i>Coachs : Nathaly, Marie-Philip, Maggie, Marie-Laurence</i></p> <p>Star 3 et plus *17H à 18H50</p> <p><i>*Tous les patineurs ensemble*</i></p> <p>BLACK LAKE</p> <p><i>Coachs : Marie, Aryane, Talie, Emmanuelle</i></p> <p>Star 3 et plus</p> <p>*16h à 17h50</p> <p><i>*Tous les patineurs ensemble*</i></p>	<p>BLOC 1 <i>Star 3 toujours dans Bloc 1</i></p> <p>LES PATINEURS POUVANT ARRIVER À 16H00 AURONT UN BONUS DE 10 MINUTES : 16H00 À 16H10</p> <p>Star 3 et 4 *16h10 à 17h00</p> <p>Star 5 1^{ère} année *16h10 à 17h00</p> <p><i>*Seulement si nécessaire pour équilibrer les cours des entraîneurs*</i></p> <hr/> <p>BLOC AJUSTEMENT UN SEUL PATINEUR PAR ENTRAÎNEUR</p> <p>Star 4 ou Star 5 (1^{ère} année seulement)</p> <p>*16h30 à 17h20</p> <hr/> <p>BLOC 2</p> <p>Star 4 et 5 *17h00 à 17h50</p>	<p>Star 1 et plus : *8h00 à 8h30</p> <p>PATINAGE PLUS AVANCÉ</p> <p>*8h30 à 9h15 : Cours de groupe structuré avec un entraîneur</p> <p>*9h15 à 9h30 : Pratique seule pour patineur avec entraîneur</p> <hr/> <p><u>Star 1,2 et 3</u></p> <p>*9h30 à 10h30 : Style libre et habiletés</p> <p>STROKING et TENUE</p> <p>Star 1, 2 et 3 *10h30 à 10h50 avec 2 entraîneurs</p> <p>*pas de cours privé pendant le stroking</p>	<p>*7h30 à 8h25 Star 5 et +</p> <p>*8h25 à: 9 :05 Star 1 à 4</p> <p>STYLE LIBRE et HABILETÉS</p> <p>*9h05 à 9h35 Star 1 et plus</p> <p>***PAS DE SOLO***</p> <hr/> <p>PERFECTIONEMENT</p> <p>*9h35 à 10h20</p> <p>GLACE</p> <p>PATINAGE PLUS</p> <p>Groupe 1 : *10h30 à 11h10</p> <p>Groupe 2 : *11h10 à 11h50</p>