Camp de patinage artistique

Plateau Thibault

LUCIE BOUFFARD

Personnes ressources

Lucie Bouffard

- 819 679-2652
- Lucie.bouffard@usherbrooke.ca

Marie-Christine Grenier,

entraîneur responsable

- 819 679-2655
- mcgrenierfo@gmail.com

Formulaire reconnaissance de risque

Formulaire obligatoire à remplir

- Imprimer le document
- Signer le document
- Le retourner en format pdf par courriel (**pas de photo**) ou remettre la copier papier dans le panier à la table d'accueil lors de votre première journée.

Consignes de Patinage Québec

- Retour sur la glace de la phase 2.2 et 2.3 du plan de relance:
  - 2,2 Personnes identifiées par Patinage Québec
  - 2,3 Personnes de niveau STAR en individuel

- 12 patineurs maximum sur la glace avec un concept de bulle

- Entraîneurs n'ont pas accès à la glace à moins d'avoir moins de 12 patineurs (s'ils vont sur la glace, ils sont considérer faire partie d'une bulle).

Avant de quitter la maison

- S'assurer de ne pas avoir de signes et symptômes de la COVID-19 ou autre maladie contagieuse

  Signes et symptômes de la COVID-19:

  - Fièvre, toux récente, difficultés respiratoires, perte soudaine de l'odorat ou du gôut sans congestion nasale.
  - Combinaison de symptômes tels que la fatigue, maux de tête, douleurs musculaires diffuses, douleurs dans les articulations, mal de gorge, mal de cœur, diarrhée
- Si absence, prévenir votre entraîneur ET envoyer un courriel à **lucie.bouffardusherbrooke.ca**
- S'assurer d'aller à la toilette avant de quitter la maison. L'utilisation des toilettes devrait être réduite au maximum à l'aréna.

Quoi apporter avec vous ?

- **RIEN NE PEUT ÊTRE PARTAGÉ !**
  - Vos patins et protège-lames !!!
  - Masque de procédure ou couvre-visage (à porter à l'entrée de l'aréna jusqu'à l'arrivée sur la glace)
  - Un linge pour essuyer les lames et vos patins
  - Une bouteille d'eau
  - Un gilet chaud (si vous ne le portez pas déjà ☺)
  - Gants
  - Mouchoirs jetables
  - Votre panier reçu de Patinage Estrie
  - Vos espadrilles (si hors glace prévu)
  - Diachylons
  - Autre matériel demandé par votre entraîneur
  - ** Si collation (petits emballages uniques, aliments secs svp), tout doit être rapporté à la maison

À votre arrivée à l'aréna

Présences

- Porter votre masque dès l'entrée de l'aréna
- Désinfection des mains à l'entrée: **obligatoire**
- Votre présence doit être enregistrée sans faute à votre arrivée
- Vous devrez répondre aux questions en lien avec votre condition physique avant de pouvoir entrer dans les vestiaires.

Horaires sur glace

HORAIRE - PLATEAU THIBAULT

6 juillet au 31 juillet (semaine du 3 août à Lalonde horaire à confirmer)

LUNDI GLACE			MARDI GLACE			MERCREDI GLACE			JEUDI GLACE			VENDREDI GLACE		
7h30-8h30	60	A	7h30-8h30	60	A	7h30-8h30	60	A	7h30-8h30	60	A	7h30-8h30	60	A
8h30-8h40	10	GLACE	8h30-8h40	10	GLACE	8h30-8h40	10	GLACE	8h30-8h40	10	GLACE	8h30-8h40	10	GLACE
8h40-9h30	50	A	8h40-9h30	50	A	8h40-9h30	50	A	8h40-9h30	50	A	8h40-9h40	60	A
9h30-9h45	15	NETTOYAGE	9h30-9h45	15	NETTOYAGE	9h30-9h45	15	NETTOYAGE	9h30-9h45	15	NETTOYAGE	9h40-9h55	15	NETTOYAGE
9h45-10h35	50	B	9h45-10h35	50	B	9h45-10h35	50	B	9h45-10h35	50	B	9h55-10h45	50	B
10h35-10h45	10	GLACE	10h35-10h45	10	GLACE	10h35-10h45	10	GLACE	10h35-10h45	10	GLACE	10h45-10h55	10	GLACE
10h45-11h35	50	B	10h45-11h35	50	B	10h45-11h35	50	B	10h45-11h35	50	B	10h55-11h45	50	B
11h35-11h50	15	NETTOYAGE	11h35-11h50	15	NETTOYAGE	11h35-11h50	15	NETTOYAGE	11h35-11h50	15	NETTOYAGE	11h45-12h00	15	NETTOYAGE
11h50-12h40	50	C	11h50-12h40	50	C	11h50-12h40	50	C	11h50-12h40	50	C			
12h40-12h50	10	GLACE	12h40-12h50	10	GLACE	12h40-12h50	10	GLACE	12h40-12h50	10	GLACE			
12h50-13h40	50	C	12h50-13h40	50	C	12h50-13h40	50	C	12h50-13h40	50	C			
13h40-13h55	15	NETTOYAGE	13h40-13h55	15	NETTOYAGE	13h40-13h55	15	NETTOYAGE	13h40-13h55	15	NETTOYAGE			
13h55-14h45	50	D	13h55-14h45	50	D	13h55-14h45	50	D	13h55-14h45	50	D			
14h45-14h55	10	GLACE	14h45-14h55	10	GLACE	14h45-14h55	10	GLACE	14h45-14h55	10	GLACE			
14h55-15h45	50	D	14h55-15h45	50	D	14h55-15h45	50	D	14h55-15h45	50	D			
15h45-16h00	15	NETTOYAGE	15h45-16h00	15	NETTOYAGE	15h45-16h00	15	NETTOYAGE	15h45-16h00	15	NETTOYAGE			

Horaires hos-glace

LUNDI HORS-GLACE			MARDI HORS-GLACE			MERCREDI HORS-GLACE			JEUDI HORS-GLACE			VENDREDI HORS-GLACE		
9h45-10h35	50	A - danse	à confirmer	60	A - musculation	9h45-10h35	50	A - ballet	à confirmer	60	A - musculation	10h20-11h20	60	A - flexibilité
10h35-10h45	10	NETTOYAGE	10h35-10h45	10	NETTOYAGE	10h35-10h45	10	NETTOYAGE	10h35-10h45	10	NETTOYAGE	11h20-11h50	30	NETTOYAGE
10h45-11h35	50	C - danse	10h45-11h35	50	C - fexibilité	10h45-11h35	50	C - ballet	10h45-11h35	50	C - spécifique	11h50-12h50	60	B - flexibilité
11h35-11h45	10	NETTOYAGE	11h35-11h45	10	NETTOYAGE	11h35-11h45	10	NETTOYAGE	11h35-11h45	10	NETTOYAGE			
11h45-12h35	50	B - danse	11h45-12h35	50	B - flexibilité	11h45à 12h35	50	B - ballet	12h00-13h00	50	B - musculation			
12h35-12h45	10	NETTOYAGE	12h35-12h45	10	NETTOYAGE	12h35-12h45	10	NETTOYAGE	12h35-12h45	10	NETTOYAGE			
12h45-13h35	50	D - danse	12h45-13h35	50	D - flexibilité	12h45-13h35	50	D - ballet	12h45-13h35	50	D -spécifique			
13h35-13h45	10	NETTOYAGE	13h35-13h45	10	NETTOYAGE	13h35-13h45	10	NETTOYAGE	13h35-13h45	10	NETTOYAGE			

Horaires – salles groupe A

GROUPE A					
lundi-mercredi		mardi-jeudi		vendredi	
07h00-07h30	Chambre Équinox	07h00-07h30	Chambre Équinox	07h00-07h30	Chambre Équinox
07h30-08h30	Style libre	07h30-08h30	Style libre	07h30-08h30	Style libre
08h30-08h40	Chambre Équinox	08h30-08h40	Chambre Équinox	08h30-08h40	Chambre Équinox
08h40-09h30	Style libre	08h40-09h30	Style libre	08h40-09h30	Style libre
09h30-09h40	Chambre Équinox	09h30-09h45	Chambre Équinox	09h30-10h15	Chambre Équinox
09h45-10h35	Salle multifonctionnelle			10h20-11h20	Salle multifonctionnelle
10h30-11h00	Chambre Équinox			11h20-12h00	Chambre Équinox

Horaires – salles groupe B

GROUPE B					
lundi-mardi-mercredi		jeudi		vendredi	
09h00-09h45	Chambre Trail Blazer	09h00-09h45	Chambre Trail Blazer	09h00-09h55	Chambre Trail Blazer
09h45-10h35	Style libre	09h45-10h35	Style libre	09h55-10h45	Style libre
10h35-10h45	Chambre Trail Blazer	10h35-10h45	Chambre Trail Blazer	10h45-10h55	Chambre Trail Blazer
10h45-11h35	Style libre	10h45-11h35	Style libre	10h55-11h45	Style libre
11h35-11h40	Chambre Trail Blazer	11h35-11h55	Chambre Trail Blazer	11h45-11h50	Chambre Trail Blazer
11h45-12h35	Salle multifonctionnelle	12h00-13h00	Gym	11h50-12h50	Salle multifonctionnelle
12h35-13h00	Salle familiale 220	13h00-13h30	Chambre Trail Blazer	12h30-13h30	Chambre Trail Blazer

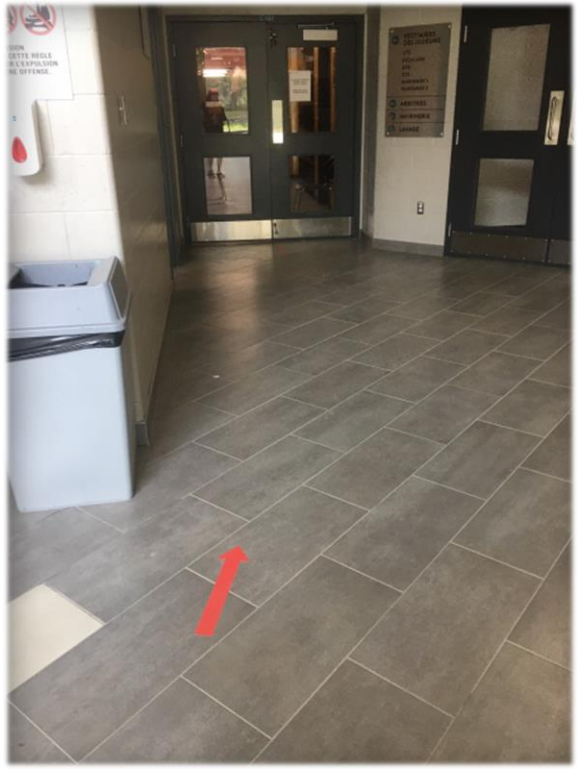
Horaires – salles groupe C-D

GROUPE C	
lundi au jeudi	
10h30-10h45	Salle familiale 220
10h45-11h35	Salle multifonctionnelle
11h35-11h40	Salle familiale 220
11h40-11h50	Chambre Équinox
11h50-12h40	Style libre
12h40-12h50	Chambre Équinox
12h50-13h40	Style libre
13h40-14h00	Chambre Équinox

GROUPE D	
lundi au jeudi	
12h00-12h45	Salle familiale 220
12h45-13h35	Salle multifonctionnelle
13h35-13h40	Salle familiale 220
13h40-13h55	Chambre Trail Blazer
13h55-14h45	Style libre
14h45-14h55	Chambre Trail Blazer
14h55-15h45	Style libre
15h45-16h15	Chambre Trail Blazer

Direction, vestiaires

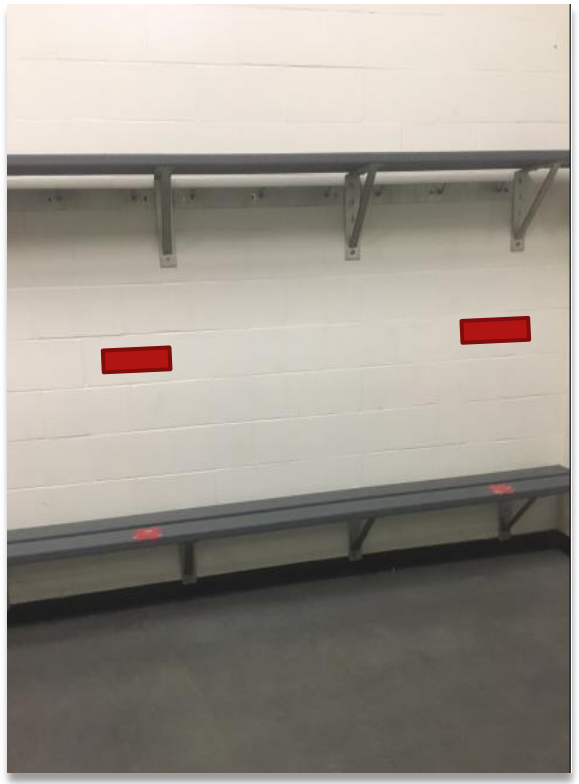
- Suivre les indications au sol (lignes rouges)
  Les corridors sont à sens uniques
- Les parents qui doivent mettre les patins à leur enfant pourront prendre une chaise qui se trouve dans le corridor (pas d'accès aux vestiaires)
- Seuls les corridors qui mènent à la patinoire peuvent avoir des flèches contradictoires (dû à la circulation prevue pour le hockey)



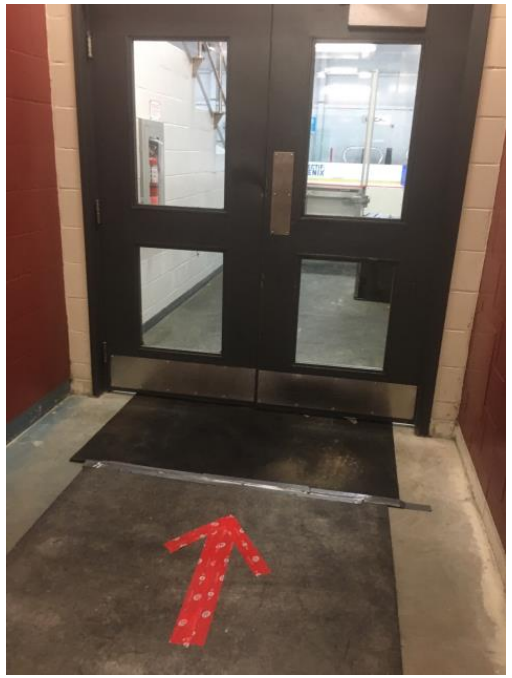
Vestiaires

Dans les vestiaires

- Port du masque dans les vestiaires
- S'assurer de rester à sa place assignee.
- Tous les effets personnels qui ne vont pas avec vous sur la glace doivent demeurer dans votre sac ou sur votre crochet.
- Si une collation est prise, lavage de main avant et après. Le tout doit être rapporté à la maison par la suite.
- Si utilisation des toilettes, lavage de mains avant et après.

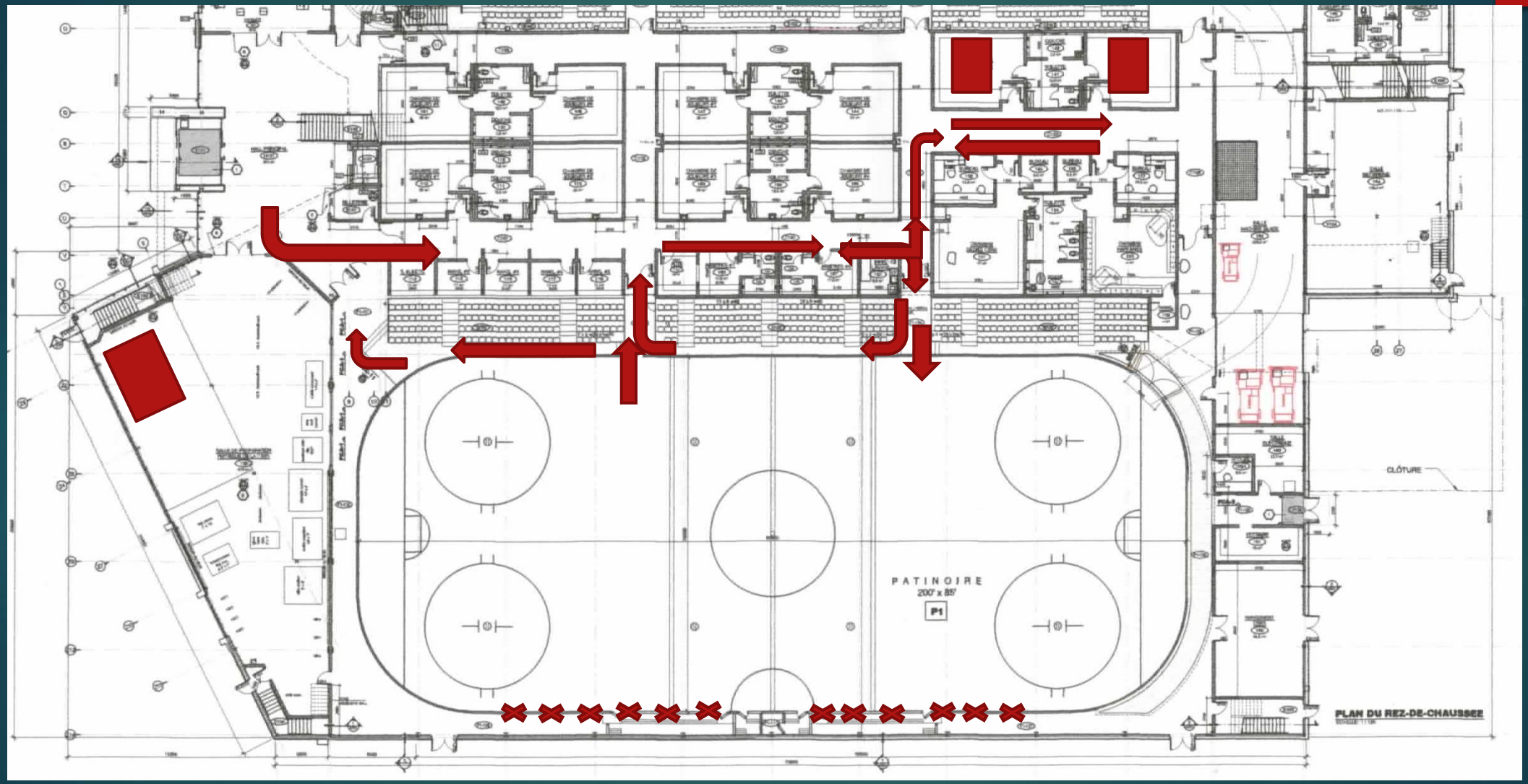


Patinoire (présentation d'un vidéo)



1 gradin pour les parents

Résumé



Vestiaires et salles

- Équinox: Chambre Groupe A-C
- Trail Blazer: Chambre Groupe B-D
- Salle familiale 220 : Vestiaire groupe C-D
- Salle multifonctionnelle: Hors glace
- Gym Ookpik: Hors glace
- Mezzanine glace Cadillac: Échauffement des patineurs en cas de pluie
- Salle Solo: Chambre des entraîneurs
- Estrade section 5: Pour les parents
- Caffuccino: FERMÉ

Patinoire

- 3 entraîneurs par section.
  - S'ils sont derrière le banc, peuvent travailler sans masque. Sinon, doivent porter un masque ou une visière.
- Tous les patineurs et entraîneurs recevont un panier la première journée
- Vous déposer votre panier sur un des X identifiés sur la bande.
- Sur la patinoire, vous pouvez retirer votre masque et mettre celui-ci dans votre panier.
- Si vous souhaitez mettre votre musique, vous devez:
  - Enlever vos gants pour la manipulation de l'appareil
  - Désinfecter les mains avant de remettre les gants

À votre départ de l'aréna

Départ

- Vous ne laisser rien à l'endroit où vous étiez assise.
- N'oubliez pas d'apporter votre panier. Il sera sous votre responsabilité jusqu'à votre dernière journée de camp.
- Aviser la personne responsable de votre départ

Notre coordonnatrice

- Jolyane Dupont
- jolyaned@outlook.com
- Présente de 9h à 16h du lundi au jeudi

- À noter que c'est Julie Murray, un parent bénévole ,qui sera présente à 7h pour prendre les présences du groupe A à tous les jours et du groupe B le vendredi

Nos intervenants

- Ballet: Joëlle
- Danse: Francis
- Flexibilité: Marjolaine et Aude
- Musculation: Équipe de Fonction Optimum
- Spécifique: Marie-Christine

Besoin d’un parent responsable par groupe

- Groupe A: Julie Murray
- Groupe B:
- Groupe C:
- Groupe D:

Une belle expérience est une expérience sécuritaire !

N'oubliez pas que vous êtes des ambassadeurs et ambassadrices de Patinage Estrie et de Patinage Québec.

- **Respect des consignes en tout temps**
- **Respect envers les gens responsables**

BON ÉTÉ À TOUS!

Questions?

Cette présentation sera sur notre site web

BON ÉTÉ À TOUS !