

Critères d'accès aux groupes

Fines Lames de Ste-Julie

Saison 2025-2026

Catégorie	Groupe	Durée par séance	Critères et objectifs
École de patin (courtes lames) Pour l'école de patin « groupe 7 » les parents sont invités sur la patinoire (avec patins et casque de protection) avec leur enfant.	7A	55 min	➤ 3 ans au 1^{er} septembre de l'année d'inscription ➤ Aucune expérience significative de patinage Objectif : L'équilibre
	7B	55 min	➤ 4 ans au 1^{er} septembre de l'année d'inscription ➤ Avoir fait le Gr 7A ou avoir atteint l'objectif du Gr 7A Objectifs : La poussée avant, la poussée arrière, l'arrêt, le départ.
	7C	55 min	➤ 4 ans au 1^{er} septembre de l'année d'inscription ➤ Avoir fait le Gr 7B ou avoir atteint l'objectif du Gr 7B Objectifs : Les virages, les changements de direction, les départs explosifs, l'arrêt stable.
	6	55 min	➤ 5 ans et plus au 1^{er} juillet de l'année d'inscription ➤ Avoir fait le Gr 7 ou avoir atteint les objectifs du groupe 7B Objectifs : La mobilité sur patin, les virages, les changements de direction, les départs explosifs, l'arrêt stable.
Initiation (longues lames)	5A - 5B	55 min ou	➤ 5 ans et plus au 1^{er} juillet de l'année d'inscription ➤ Avoir fait le Gr 7C ou Gr 6 ou avoir atteint les objectifs de ces groupes. Objectifs : Avec patins à longues lames, développer l'équilibre, la mobilité, les virages, les départs, l'arrêt et la sécurité.
	4	1h45	
Intermédiaire (longues lames)	3	1h45 + Hors glace et samedi (selon l'horaire)	➤ Avoir 6 ans et plus au 1^{er} juillet de l'année d'inscription ➤ Avoir fait ou débuté dans le groupe 4 ➤ Réaliser un 400 m en 70 sec. ou moins ➤ Être en mesure de croiser en virage de façon sécuritaire ➤ Présenter un intérêt et de la motivation à participer à des entraînements réguliers sur glace et hors glace ➤ Evaluation et recommandation d'un entraîneur nécessaire Objectifs : Améliorer l'équilibre, la mobilité, les virages, les départs, l'arrêt et la sécurité.
Développement (longues lames)	2	3h40 + Hors glace et samedi (selon l'horaire)	➤ Avoir 8 ans et plus au 1^{er} juillet de l'année d'inscription ➤ Avoir fait ou débuté dans le groupe 3 ➤ Réaliser un 400 m en 50 sec. ou moins ➤ Être attentif et sécuritaire au niveau du comportement sur la glace ➤ Présenter un intérêt et de la motivation à participer à des entraînements réguliers sur glace et hors glace ➤ Evaluation et recommandation d'un entraîneur nécessaire Objectifs : Développement des habiletés techniques du patinage. Stabilité et efficacité du patinage.
Avancé (longues lames)	1	4h55 + Hors glace et samedi (selon l'horaire)	➤ Avoir 12 ans et plus au 1^{er} juillet de l'année d'inscription¹ ➤ Avoir atteint les standards d'accès de niveau interrégional ➤ Présenter un niveau technique sécuritaire, fluidité et stabilité de mouvement lors des virages ; selon l'évaluation de l'entraîneur ➤ Présenter un intérêt et de la motivation à participer à des entraînements réguliers sur glace et hors glace Objectifs : selon l'évolution du patineur

Note 1 : Les patineurs de 10 ans et plus pourront être invité par l'entraîneur chef s'ils répondent aux critères et objectifs du groupe 1.

Préparé 2025-06-24