

PATINAGE DE VITESSE
MIRABEL
ST-JEROME



Ma première compétition courte piste
Circuit initiation (C'fun et Liliane-Lambert)

Votre enfant s'apprête à participer à sa première compétition en patinage de vitesse courte piste? Voici différents trucs et commentaires de la part de parents expérimentés. Mais avant tout, le meilleur conseil à observer, c'est de s'impliquer dans l'évènement, en posant des questions, en discutant avec les gens autour, et en encourageant votre patineur entre ses courses, peu importe sa performance.

Il est fort probable que votre enfant et vous allez avoir beaucoup de plaisir, vous allez faire de nouvelles rencontres, votre enfant va se faire des nouveaux amis, au sein de son club mais aussi des patineurs d'autres clubs. Il pourra mesurer par ses performances en course l'amélioration de ses habiletés durant ses pratiques hebdomadaires. Mais n'oubliez pas que le but premier de ces compétitions est d'avoir du plaisir en pratiquant son sport préféré, ainsi que de vivre une expérience stimulante et dynamique qui se rapproche beaucoup de ce qui l'a probablement amené à vouloir pratiquer ce sport, faire des courses.

Deux réseaux de compétition

C'fun ou Liliane-Lambert? Ça se détermine par l'âge dans un premier temps, ainsi que par les temps de votre enfant, sur une distance bien définie. Retrouvez dans le tableau qui suit la catégorie de votre enfant, ou référez-vous à un entraîneur pour avoir une réponse adéquate. Avec cette information importante, vous pourrez mieux vous attardez à ce qui concerne votre enfant.

Âge au 1 ^{er} juillet passé	C'fun	Liliane-Lambert
5 ans	Il pourra participer après le 1 ^{er} janvier	
Entre 5 et 10 ans	X	
Si les temps combinés du 100m et du 250m totalisent moins de 56 secondes pour les patineurs et 1 minute pour les patineuses	Si le patineur ou la patineuse est âgée de plus de 7 ans au 1 ^{er} juillet passé, il ou elle accède au niveau Liliane-Lambert.	
10 ans et plus		X

Peu importe le réseau de compétition, votre enfant est toujours regroupé avec d'autres patineurs de calibre à peu près équivalent. En effet, il y a plusieurs groupes de patineurs au sein d'une même compétition.

Durée

Les journées de compétition débutent toujours très tôt le matin. Pour les patineurs en C'fun, c'est habituellement la durée de l'avant-midi. L'enfant prend d'abord part à 2 courses de 100 mètres (un tour de patinoire), pour ensuite participer au jeu d'habileté (une course sur la longueur de la patinoire, avec des demandes bien définies durant le parcours). Il termine avec 2 courses de 250m. Le tout est très amical et pour le plaisir, le circuit C'fun se veut une initiation à la compétition.

Pour les Liliane-Lambert, l'évènement dure plus longtemps, se termine habituellement vers le milieu de l'après-midi. La différence de temps entre les deux types de compétition s'explique par les distances plus longues des patineurs en Liliane-Lambert. Les distances de course sont déterminées selon l'âge de l'enfant, et varient de 200m à 800m.

Peu importe le type de compétition à laquelle votre enfant prend part, assurez-vous d'arriver 30-40 minutes avant le début prévu des courses le matin de la compétition, quelques étapes sont nécessaires afin que votre enfant soit bien prêt et que vous soyez bien installés.

Déroulement typique

À votre arrivée très tôt à l'aréna, les chambres des patineurs seront identifiées au nom du Club, vous vous rendez donc dans la chambre du CPV Mirabel et St-Jérôme. Vous remarquerez rapidement qu'habituellement plusieurs clubs partagent la même chambre, et les places sont très limitées. Nous vous conseillons donc de laisser le minimum au vestiaire, et d'apporter le reste avec vous dans les estrades.

Les entraîneurs aiment bien que les parents du club soient tous regroupés dans la même section de l'aréna, afin que ce soit rapide pour eux d'aller voir un patineur ou son parent si nécessaire durant la journée. Le premier parent sur place peut donc réserver une section pour son club, en arrivant, les parents suivants peuvent rejoindre celui-ci. Il est évident que pour une première participation, les visages sont peut-être difficiles à reconnaître, mais voilà une première situation idéale pour poser des questions et faire des rencontres. À l'arrivée de l'entraîneur, celui-ci vous remettra un programme de course (lorsque disponible), établi par le club hôte de la compétition. Cela vous aidera à bien suivre le déroulement de la journée, après quelques explications par un parent expérimenté. En effet, vous remarquerez rapidement que sans expérience, ce document peut ressembler à un truc écrit en langue étrangère! Ne vous gênez pas pour poser des questions aux parents autour de vous, ils se feront un plaisir de vous expliquer, eux aussi sont passés par cette période d'incompréhension flagrante :)

Avec ce programme en main, vous pourrez vous assurer, en trouvant la « vague » de votre enfant pour la compétition, que celui-ci arrive à l'appel toujours dans les bons temps, et ainsi lui éviter qu'il manque une course. Par la suite, quelques minutes après la course de votre enfant, vous pourrez également repérer son résultat à l'aide de sa « vague », ceux-ci sont affichés sur un mur de l'aréna au fur et à mesure que les courses se déroulent (il y a un délai d'environ 15-20 minutes) Les parents aiment bien se servir de ces résultats afin de constater la progression de leur enfant, d'une compétition à l'autre. En particulier, les temps au 250m et au 100m en C'l'fun sont intéressants à suivre, ils déterminent le passage en Liliane-Lambert. En Liliane-Lambert, ce sont les 400m et les 800m qui sont déterminants pour la catégorie suivante : interrégional.

En C'l'fun, certains patineurs préfèrent garder leurs patins dans leur pied durant toute la matinée, les courses se déroulent relativement rapidement. En Liliane-Lambert, les patins sont habituellement mis quelques minutes avant la course, et enlevés par la suite. On conseille de les apporter avec le patineur dans les estrades, plutôt que de les laisser sans surveillance au vestiaire.

Donc, la journée commence habituellement par une période d'échauffement sur glace avant le début des courses, en Liliane-Lambert. Pour les C'l'fun, à moins d'avis contraire, il n'y a pas d'échauffement. L'horaire précis de chacune des compétitions est envoyé dans l'invitation de départ, que nous publions chaque fois sur le groupe facebook du club, et que nous envoyons par courriel.

Dès le début des courses et même un peu avant, soyez à l'affut afin d'entendre l'appel de la catégorie de votre enfant. À ce moment, celui-ci doit se rendre seul, bien équipé et patins aux pieds, à l'endroit déterminé de l'appel. Aucun parent n'est autorisé sur place. Des bénévoles le prendront en charge à cet endroit. Dites à votre enfant d'être attentif aux adultes en particulier lorsqu'ils nommeront son nom. De cette façon, il recevra bien toutes les bonnes instructions. Les parents veulent habituellement aider leur enfant, sont plein de bonnes intentions, mais pour avoir été assignée à l'appel comme bénévole à quelques reprises, c'est plus dérangement et mélangeant pour les responsables quand les parents ou tout autre personne autre que les patineurs sont dans les parages...

Durant toute la compétition, les moments de départ des courses sont cruciaux. Il est demandé de ne pas faire de bruits ou mouvements soudains, afin d'éviter des faux-départs fréquents. Certains patineurs peuvent être pénalisés pour cette raison. Aussi, si vous prenez des photos, les flashes sont interdits, afin de veiller à la sécurité des patineurs qui pourraient en être éblouis.

Tout au long de leur journée de compétition, entre les courses, les patineurs aiment bien regarder les patineurs plus expérimentés, ils y puisent habituellement une motivation à s'améliorer. Par contre, il faut toutefois prévoir une alternative de divertissement, les journées pouvant être très longues.

En C'fun, les jeunes patineurs reçoivent tous un ruban de participation pour leurs performances de la journée. En Liliane-Lambert, une médaille d'or, d'argent, de bronze et de fer est remise respectivement au premier, deuxième, troisième et quatrième meilleur patineur de chaque catégorie, après compilation à la toute fin de la journée. Ne quittez pas trop tôt malgré la fatigue... Votre enfant appréciera recevoir la récompense de ses efforts, et de belles photos prises pourront vous rappeler de merveilleux souvenirs dans quelques années.

Équipement

En compétition comme en pratique, l'équipement de protection de nos patineurs est essentiel. Avant la tenue d'une compétition, vérifiez que votre enfant a l'équipement réglementaire, et qu'il est en bon état. En cas d'incertitude, demandez son avis à l'entraîneur de votre enfant. Le jour de l'évènement, assurez-vous avant chacune de ses courses que votre enfant se rend à l'appel bien équipé, un manque à l'équipement remarqué par les officiels entraîne la sortie de la course sans reprise. Articles souvent oubliés : attaches-lunettes, tubes de kevlar à la cheville, protège-tibias.

Pour plus d'informations concernant l'équipement, demandez à l'entraîneur de votre enfant, ou référez-vous à notre site internet au www.cpvmsj.ca

Indispensables à apporter

Une couverture pour les supporteurs assis dans les estrades toute la journée est sans doute ce que tout bon parent vous conseillerait en premier! Mais certains articles sont également très pratiques : une serviette pour essuyer les lames de votre enfant après ses courses, un séchoir ou des couvertures en cas de chute sur la glace (celle-ci est constamment arrosée lors des compétitions), une veste chaude facile à enfiler et à enlever pour votre patineur, des collations et un lunch santé pour les participants au circuit Liliane-Lambert.

Environnement

Si c'est votre première expérience, vous remarquerez rapidement tous les adultes nécessaires à la bonne marche de la compétition.

Au centre de la glace se trouvent deux ou trois patineurs adultes portant un manteau bleu, ou rouge. Ce sont les officiels de la journée, ils sont l'autorité suprême sur la glace :) Ils veillent au bon déroulement de la compétition, s'assurent que tout se déroule dans les règles. D'autres patineurs, habituellement beaucoup plus jeunes, sont sur la glace également. Certains placent les cônes, d'autres ajoutent de l'eau si nécessaire. Près de la bande, sur un côté, se trouve le banc des entraîneurs. Un représentant ou deux de chacun des clubs est habituellement présent, pour un total d'une dizaine d'entraîneurs. Près de la ligne d'arrivée, bien installés dans les estrades, se trouvent les chronomètres et les juges

d'arrivée. Un préposé au compte-tour est également placé tout près de cet endroit. Au centre, dans l'endroit prévu à cette fin, on retrouve également l'annonceur ainsi que les préposés à la compilation des résultats.

D'autres personnes assurent également un rôle important, quoique dans l'ombre, que ce soit comme préposé aux portes, messagers, préposés à l'appel ou autre. Vous remarquerez parfois une salle où se trouve un buffet, des breuvages et des collations. Cette salle est réservée exclusivement aux bénévoles qui veillent au bon déroulement de cet événement. En effet, toutes ces personnes à l'exception des entraîneurs et des officiels sont des bénévoles, et proviennent du club hôte de la compétition, habituellement des parents comme vous et moi. Ils veulent tout comme vous que tout se passe bien, et ils méritent tout le respect qu'il se doit. Ils travaillent fort afin que vos enfants vivent une expérience positive et agréable. Vous serez peut-être d'ailleurs appelés à remplir un de leur rôle prochainement, notre club accueillant deux compétitions cette saison.

En cas de problématique quelconque avec un résultat, ou le déroulement d'une course, ou tout autre chose, vous êtes priés de vous adresser uniquement à l'entraîneur de notre club présent cette journée-là. Il est là pour vous aider.

Calendrier

Vous pouvez connaître à l'avance toutes les dates de compétitions de votre enfant. Notez-les dès maintenant à votre agenda.

C'l'fun	Liliane-Lambert
#1 : Samedi 18 novembre 2017 (Vaudreuil)	#1 : Samedi 28 octobre 2017 (Laval)
#2 : Dimanche 21 janvier 2018 (Lasalle)	#2 : Samedi 25 novembre 2017 (St-Jérôme)
	#3 : Samedi 3 février 2018 (Mtl-Gadbois)
Finale : Dimanche 18 février 2018 (Mirabel)	Finale : Samedi 24 février 2018 (Mtl St-Michel)

À ce tableau s'ajoute également la Finale des Jeux du Québec pour certains patineurs éligibles, qui se déroulera le 17 décembre à Mirabel, et où certains patineurs pourront prendre part à une rencontre amicale lors de la même journée. Cette compétition sert cette année à classer la région des Laurentides pour les prochains Jeux du Québec.

Liens importants

Le site internet de la région ouest est très complet, et intéressant à consulter durant la saison. On y retrouve les invitations aux différentes compétitions, ainsi que le classement des patineurs selon leur niveau.

www.patinregionouest.ca

Crédits

Un merci tout spécial au Pacers Speed Skating Club of Ottawa, pour l'inspiration de ce document.

Pour toute question ou commentaire, vous pouvez nous rejoindre au :
info@cpvmsj.ca