

## *Guide d'accompagnement pour une compétition en patinage artistique*

### **Le lieu :**

- L'endroit et l'heure de la compétition vous seront communiqués 1 à 2 semaines avant l'évènement sur le groupe privé de votre entraîneur.

### **Heure d'arrivée :**

- 1 heure 30 minutes avant l'heure de passage (sauf si votre jeune passe dans la première catégorie de la journée, habituellement vers 8 h le samedi ou dimanche ou vers 16 h le vendredi, c'est l'horaire habituel dans la région, alors 1 heure d'avance sera suffisante).

### **À faire attention :**

- Les compétitions hors de la région se déroulent souvent à partir du mercredi ou du jeudi.

### **Quoi apporter lors de la compétition :**

- Casque (est *obligatoire* pour les patineurs de la *catégorie étape 4 et moins*).
- Protège lame et patin
- 2 Cd de musique (*seulement pour les catégories à partir de Star 2*).
- Les 2 CD doivent être en bonne condition.
- Espadrilles pour s'échauffer.
- Robe de compétition (une autre robe peut être apportée en cas, pas obligatoire)
- Collant beige [2 paires si possible].
- Chandail d'identification du Club Les Mazurkas [si l'on n'en a pas, un chandail de sport qui zip]. Il sera utile pour l'échauffement hors glace.
- Matériel de coiffure [élastiques, pince à cheveux, peigne, brosse, fixatif et chou].
- Maquillage
- Collation pour manger 1 h 30 avant [fruits séchés, compote, ou autre chose du genre].
- Contenu de programme [*seulement à partir de Star 5 ou sans limites*].

### **À savoir :**

- Votre club de patinage paie les frais d'inscriptions de tous ses patineurs. Alors si votre enfant ne se présente pas à sa compétition, vous devrez en tant que parent rembourser les frais d'inscriptions à celui-ci. En cas de maladie, un billet du médecin sera accepté.

### À l'arrivée à l'aréna de la compétition :

- Votre jeune sera accueilli par une équipe de bénévoles, il devra donner sa présence et remettre ses CD et son contenu de programme si nécessaire.
- Se diriger vers la chambre assignée à l'accueil.
- Se changer, mettre sa robe, ses espadrilles et s'assurer que la coiffure et le maquillage sont corrects.
- Votre entraîneur devrait aller vous trouver assez rapidement après votre arrivée.
- L'entraîneur prendra en charge l'athlète jusqu'à sa compétition. Les parents vont s'asseoir dans les estrades.

### Après la compétition :

- Le patineur revient trouver ses parents dans les estrades.
- Pour les **catégories d'étape 4 à Star 3**, ce sont des résultats individuels. Prévoyez d'assister à la remise au même endroit qu'à la remise des médailles. Il est suggéré de garder sa robe et d'avoir ses patins pour cette étape.
- Pour les jeunes des **catégories Star 4 et plus, les sans limites**, il faut attendre les résultats, et si votre jeune doit aller à la remise des médailles, assurez-vous qu'il ait remis ses patins.
- Il est important de récupérer les CD avant de quitter l'aréna.

Merci et si vous avez des questions, soyez très à l'aise de les poser à votre entraîneur.

## Résumé des catégories

### Volet STAR

Ce volet est récréatif, il est possible de participer à des compétitions invitations hors région [à partir de Star 2 habituellement] et de se qualifier à la finale provinciale Michel Proulx à partir de Star 5. La qualification a lieu lors de la Finale Régionale en janvier.

### Catégories et Spécificités — durée de la musique

#### Étape 4

- Port du casque
- Aucune musique de compétition

#### Étape 5

- Aucune musique de compétition

#### Star 1 à Star 5

CATÉGORIE / TEMPS	SAUTS	PIROUETTES		ARABESQUE / PAS / AUTRE
<b>STAR 1</b> Dames & Messieurs (5:0)	3 Éléments de sauts	2 éléments de pirouettes		Exercice de poussées élan en cercle (Avant & Arrière) Cercles d'arabesques Avant Routine d'expression créative
	Saut de valse Salchow simple Boucle piquée simple	Pirouette debout avant	Pirouette debout arrière	
<b>STAR 2</b> Dames & Messieurs (2:00 max.)	5 Éléments de sauts	2 éléments de pirouettes		Séquence d'arabesques avant Séquence de virages avant
	Salchow simple, Boucle piquée simple, Boucle simple Flip simple ou Lutz simple Combinaison d'un saut de valse + Boucle piquée simple	Pirouette debout arrière	Pirouette assise avant ou pirouette arabesque avant (Aucun changement de pied, aucune entrée sautée, aucune variation de position)	
<b>STAR 3</b> Dames & Messieurs (2:00 ±0:10)	5 sauts max.	2 pirouettes max.		Séquence d'arabesques avant
	Doit inclure une combinaison Boucle simple + Boucle simple Doit inclure au moins 1 type de saut axel (WZ or 1A) Doit inclure au moins 5 différents types de sauts Aucun saut double permis 2 combinaisons de sauts max. 2 sauts inclus max. Aucune séquence de sauts permise	Pirouette debout arrière	Combinaison de pirouettes incluant au moins 1 position arabesque et 1 position assise. (Entrée avant seulement, aucune entrée sautée, aucune variation de position, changement de pied optionnel)	
<b>STAR 4</b> Dames & Messieurs (2:00 ±0:10)	5 sauts max.	2 pirouettes max.		Séquence d'arabesques avant
	Doit inclure une combinaison Boucle simple + Boucle simple Doit inclure au moins 1 axel Doit inclure au moins 5 différents types de sauts Aucun saut double permis 2 combinaisons de sauts max. 2 sauts inclus max. Aucune séquence de sauts permise	Pirouette debout arrière	Combinaison de pirouettes incluant au moins 1 position arabesque et 1 position assise. (Entrée avant seulement, aucune entrée sautée, aucune variation de position, changement de pied optionnel)	
<b>STAR 5</b> Dames & Messieurs (2:00 ±0:10)	5 sauts max.	2 pirouettes max. (Niveau 8 max.)		Séquence d'arabesques avant (Niveau 8 max.)
	Doit inclure au moins 1 axel 2 sauts double au maximum. Les sauts doubles ne peuvent pas être inclus dans les combinaisons et ne peuvent pas être répétés 2 combinaisons de sauts max. 2 sauts max. inclus Aucune séquence de sauts permise	Pirouette assise ou pirouette arabesque (4 rév.) (entrée sautée optionnelle, aucun changement de pied, aucune variation de position)	Combinaison de pirouettes (5 rév. CoSp ou 3/3 rév. CCoSp) (Aucune entrée sautée, aucune variation de position. Changement de pied optionnel)	

## Star 6 à Or



Tableau de référence rapide Patinage STAR 2017-2018– Style libre



CATÉGORIE / TEMPS	SAUTS (Un Axel doit être exécuté dans chaque catégorie)	PIROUETTES (Tous les codes doivent être différents pour chaque catégorie)	ARABESQUE / PAS / CHORÉ
<b>STAR 6</b> Dames & Messieurs (2:30 ±0:10)	5 sauts max. Doit inclure au moins 1 saut double	2 pirouettes max. (Niveau B max.)	
	Combin. de 2 sauts max. Aucune séquence permise 1 combin. inclura le saut de Boucle piqué comme 2 <sup>e</sup> saut 1 combin. inclura le saut de Boucle comme 2 <sup>e</sup> saut (2 sauts permis dans la combin. de sauts)	CCoSp (3/3 rév.) (Aucune entrée sautée. Variation difficile permise)	FCSp ou FJSSp (4 rév.) (1 position, aucun changement de pied, entrée sautée optionnelle. Aucune variation difficile permise)
<b>STAR 7</b> Dames & Messieurs (2:30 maximum)	3 sauts max.	2 pirouettes max. (Niveau B. max.). VD permise dans toutes les pirouettes	
	1 Axel, 1 Saut double, 1 Combin. de sauts (2 sauts permis dans la combin. de sauts incluant au moins 1 saut double. L'Axel et le saut double ne peuvent être répétés)	CCoSp (4/4 rév.) (Aucune entrée sautée)	FSSp or FCSp (3 rév.) (Aucun saut de la mort dans le FSSp)
<b>STAR 8</b> Dames & Messieurs (3:00 ±0:10)	6 sauts max. Doit inclure au moins 2 sauts doubles	3 pirouettes au max. (Niveau B max.). VD permise dans toutes les pirouettes	
	Combin./séquence de 3 sauts max. (2 sauts permis dans la combinaison de sauts)	CCoSp (4/4 rév.) (Entrée sautée optionnelle)	Flying Spin (4 rév.) (1 pos. / aucun changement de pied)
<b>STAR 9</b> Dames & Messieurs (2:30 maximum)	3 sauts max.	2 pirouettes max. (Niveau 3 max.)	
	1 Axel, 1 Saut double, 1 Combin. de sauts (2 sauts permis dans la combin. de sauts, les deux doivent être des sauts double. L'Axel et le saut double ne peuvent être répétés)	CCoSp (3/3 rév.) (Aucune entrée sautée)	LSp, CSp ou SSp (Dames) (6 rév.) CCSp ou CSSp (Messieurs) (4/4 rév.)
<b>STAR 10</b> Dames (3:00 ±0:10) Messieurs (3:30 ±0:10)	6 sauts max. Doit inclure au moins 3 sauts doubles	3 pirouettes max. (Niveau 4 max.)	
	Combin./séquence de 3 sauts max. (2 sauts permis dans la combinaison de sauts)	CCoSp (5/5 rév.) (Entrée sautée optionnelle)	Pirouette sautée (5 rév.) (1 pos. / aucun changement de pied)
<b>OR Dames</b> (3:00 ±0:10)	7 sauts max. (avec 2A ou triple) Doit inclure au moins 4 sauts doubles	3 pirouettes max. (Niveau 4 max.)	
	Combin./séquence de 3 sauts max. (2 sauts permis dans la combinaison de sauts)	CCoSp (5/5 rév.) (Entrée sautée optionnelle)	Pirouette sautée (6 rév.) (1 pos. / aucun changement de pied)
<b>Or Messieurs</b> (3:30 ±0:10)	8 sauts max. (avec 2A ou triple) Doit inclure au moins 4 sauts doubles	3 pirouettes max. (Niveau 4 max.)	
	Combin./séquence de 3 sauts max. (2 sauts permis dans la combinaison de sauts)	CCoSp (5/5 rév.) (Entrée sautée optionnelle)	Pirouette sautée (6 rév.) (1 pos. / aucun changement de pied)

**Volet de Compétition**

**Catégories et Spécificités — durée de la musique**

Sans-Limites [7, 8, 9, 10 ans], consultez le lien suivant :

[https://www.patinage.qc.ca/ressources/documents/patinage-de-competition/20170515\\_Sans\\_Limites\\_saison\\_2017-2018.pdf](https://www.patinage.qc.ca/ressources/documents/patinage-de-competition/20170515_Sans_Limites_saison_2017-2018.pdf)

Pré-Juvenile, Juvenile, Pré-Novice, Novice, consultez le lien suivant :

[https://www.patinage.qc.ca/ressources/documents/patinage-de-competition/20170515\\_TrousseTechnique\\_Compe\\_Provinciales\\_2017-2018.pdf](https://www.patinage.qc.ca/ressources/documents/patinage-de-competition/20170515_TrousseTechnique_Compe_Provinciales_2017-2018.pdf)

Junior, Sénior, consultez le lien suivant :

<https://info.skatecanada.ca/index.php/fr/regles-du-sport/93-exigences-des-programmes-de-competition-pour-le-patinage-en-simple-2017-2018.html>