

Activité de Développement Patinage Centre-Du-Québec

	Sur Glace	Hors Glace 2ieme	Conférence	Officiels / Entraîneurs	Administrateurs	TOTAL
Jour 1						
10:00	_Arrivée	_Arrivée		_Arrivée		
08:00 à 08:50						
09:00 à 09:50						
10:00 à 10:50	_Arrivée	_Arrivée		_Arrivée		
11:00 à 11:50	Star 1-4 moins de 16 ans + Star 5 à Juv.- 13ans saut Simple et Double	Hors Glace - Danse : Star 5 + de 12 à 20 ans				30+30
12:00 à 12:50	Star 6 et plus + Star 5+ de 13 ans Spin et Séq. Chorégraphiques	Hors Glace - Danse : Star 1- 4 + Adulte plus de 14 ans		Star 6 et plus + Star 5+ de 13 ans Spin et Séq. Chorégraphiques		30+30
13:00 à 13:50	Sur Glace - Sauts et Spin Adultes 16 ans et plus	Hors Glace - Danse : Star 1- 4 de 6 à 14 ans				30+30
14:00 à 14:50	Star 1-4 moins de 16 ans + Star 5 à Juv.- 13ans spins et séq.	Hors Glace - Étirement et souplesse Plus (+16 ans)				30+30
15:00 à 16:00	Star 6 et plus + Star 5+ de 13 ans = Sauts double et triples	Hors Glace - Étirement et souplesse moins (-16 ans)				30+30
16:30	_Fin de la journée	_Fin de la journée				

Activité de Développement Patinage Centre-Du-Québec

Jour 2						
07:00						
08:00 à 09:00	_Arrivée	_Arrivée	_Arrivée	_Arrivée		
09:00 à 10:00	Sur Glace - Sélection équipe de Développement CDQ	Atelier - Équipe CDQ Objectifs et fonctionnement	Sur Glace - Sélection équipe de Développement CDQ			45
10:10 à 11:20	Sur Glace - S'amuser sur la glace Groupe 1			Sur Glace - S'amuser sur la glace.		40
11:30 à 12:00	Sur Glace - S'amuser sur la glace Groupe 2			_Arrivée		40
12:00 à 12:50	Sur Glace - Cardio sur la glace Star 5 et plus Sans Limites			Atelier - Officiel et Entraîneur Évaluation Techniques		40
13:00 à 13:50	Sur Glace - Atelier d'évaluation des niveaux spin et Jeux de pieds			Atelier - Atelier d'évaluation des niveaux spin et Jeux de pieds		5
14:00 à 14:50	_Fin de la journée	_Fin de la journée	_Fin de la journée	_Fin de la journée		
15:00 à 16:00						
16:30						