

Le club de nage synchronisée de Sherbrooke



Le C.A. du club de nage synchronisée Les Améthystes

Benoit Paquette : *Président, Gala, relations internes, éthique* (819) 566-1273

Benoit.Paquette@USherbrooke.ca

Nicole Cauchon : *Vice-présidente, info-synchro, compétitions, site internet*

(819) 820-1796 --nicole.cauchon@USherbrooke.ca

Pauline Vigneau : *Trésorière, compétitions, éthique*

(819) 823-9503--pvigneau@videotron.ca

Francine Grondin : *Secrétaire, communications*

(819) 566-4183--Francine.Grondin@usherbrooke.ca

Diane Poulin : *Vêtements du club, éthique*

(819) 563-3048--quiriony@videotron.ca

Edith Lapointe : *campagnes de financement*

(819) 846-2508--edithlapointe@hotmail.com

Chantal Mitterer : *Gala, Entraîneur chef*

(819) 993-4314--wwcd@hotmail.com

Site internet du club:

<http://lesamethystes.com/>

Les entraîneurs

Chantal Mitterer : *Équipes novice et développement*

Marie-Claude Monfette : *Équipes novice et développement ainsi que des routines individuelles*

Marie-Christine Lambert : *Équipes novice et développement*

Catherine Marin : *Équipe novice compétitif et maîtres*

Christiane Lanteigne: *Équipe novice récréatif*

Catherine Major : *Équipe novice récréatif et routine individuelle*

Elodie Fortin : *Routines individuelles*

Remplaçantes : Laurence Ouellet et Gabriella Scali

Pour information

Entraîneur en chef: Chantal Mitterer

(819) 993-4314 wwcd@hotmail.com

Bienvenue

La nage synchronisée est un sport où l'amour de la natation, de la musique, de la danse et de l'effort physique sont en union parfaite. Les membres du CA profitent de l'occasion pour souhaiter la bienvenue aux nouvelles nageuses ainsi qu'aux nouveaux parents. Nous espérons que tous nos membres apprécieront cette nouvelle saison avec nous.

Assemblée générale

Nous invitons tous les membres actifs à l'assemblée générale annuelle du club de nage synchronisée, Les Améthystes de Sherbrooke, qui se tiendra mardi le 18 octobre 2011, à 18h30, au local 21-121 du **CAP (Cégep de Sherbrooke, 475 rue du Cégep, Sherbrooke)**.

Relâche des Fêtes

Les derniers cours en 2011 selon les groupes de nageuses : **mardi 20 décembre**

Reprise en janvier

La reprise de l'horaire régulière des cours se fera à partir de mardi le **10 janvier 2012**, sauf pour le Rigol'eau.

Activités, compétitions

L'horaire des activités du club et des principales compétitions vous est présenté dans le tableau ci-dessous afin de vous aider à planifier la saison 2011-2012

Date	Évènement	Endroit
8 septembre	Début des activités Anciennes nageuses	CAP, piscine (SHERBROOKE)
10 septembre	Inscription Nouvelles nageuses	CAP local 21-121 (SHERBROOKE)
mi-septembre	Début des activités Nouvelles nageuses	CAP, piscine (SHERBROOKE)
24 septembre	Congrès de Synchro-québec	Stade olympique Montréal
18 octobre	Assemblée générale annuelle	CAP local 21-121 (SHERBROOKE)
5-6 novembre	Camp jeunesse	Québec (Synchro-élite)
13 novembre	Début de la campagne de financement	
10 décembre	Livraison des pâtisseries de Noël	CAP, hall d'entrée (SHERBROOKE)
20 décembre	Fin des cours pour la session d'automne	
10 janvier	Reprise des activités pour la session d'hiver	CAP, piscine (SHERBROOKE)
14-15 janvier	Routines	Répentigny (Coralline)
29 janvier	Finale régionale	Magog (Mem-Fées)
4-5 février	Compétition d'équipes	St-Hyacinthe (Vestales)
25-26 février	Jeux de Synchro Québec	Montréal (Piranhas du Nord)
24-25 mars	Inter-Régionale	Québec (Aquadanse)
31 mars-1 avril	Compétition invitation	Montréal (Montréal synchro)
6-8 avril	Congé Pascal	
14-15 avril	Groupe d'âges	Vivelo (Rimouski)
21-22 avril	Compétition inter-provinciale	Québec (Aquadanse)
11-13 mai	Coupe du Président	Drummondville (Nixines)
19-21 mai	Championnat Québécois	Québec (Dauphines)
À venir	Gala de fin de saison	CAP, piscine (SHERBROOKE)

Le club de nage synchronisée de Sherbrooke

Momo Sports

Nous désirons vous aviser que notre club a conclu une entente avec Momo Sports. Les nageuses du club ainsi que les membres de leur famille immédiate ont droit à un rabais de 20% sur les maillots de natation et accessoires. Tous les parents intéressés devront se rendre au magasin de Sherbrooke, situé au 530 Jean Paul Perrault. Toutes les nageuses devront valider leur appartenance en donnant leur nom ainsi que celui du club à la caissière avant de payer leurs articles.

Nouvelle structure

Catégorie d'âge

Les nageuses participantes seront maintenant classées selon leur niveau et l'âge atteint à la fin décembre de l'année des compétitions:

Niveau	Catégorie	Âges
Novice	U10 U12 OUVERTE	10 ans et moins 12 ans et moins plus de 13 ans
Développement	U10 U12 U14 OUVERTE	10 ans et moins 12 ans et moins 14 ans et moins plus de 15 ans
Intermédiaire	U12 13-15 ans OUVERTE	12 ans et moins de 13 à 15 ans plus de 16 ans
Intermédiaire plus	OUVERTE	Toute athlète ayant participé au réseau performance désirant rétrograder

Jugement lors des compétitions

Pour juger les routines individuelles ou d'équipes, les juges n'afficheront plus les notes après chaque routine. Chaque juge attribuera trois notes d'une valeur de 10 évaluant chaque élément du mérite technique ou artistique. Les notes seront inscrites sur des papiers et ensuite transmises à la table de compilation. Les responsables de la compilation établiront la moyenne en supprimant la plus faible et la plus forte notes. Finalement la note finale des routines tiendra compte des pourcentages attribués de chaque élément selon le logiciel informatique fourni par Synchro-Québec. La note finale des routines sera annoncée suite à la prestation de l'athlète suivante. Aucun changement apporté pour le jugement des figures imposées.

Accessoires

Un bon pince-nez est confortable et tient bien. Il sera flexible et recouvert d'une base caoutchoutée. Les lunettes de qualité doivent coller parfaitement au visage de la nageuse pour être étanche. Essayez les lunettes avant de les acheter. Après chaque utilisation, toujours bien rincer vos lunettes à l'eau claire et froide afin d'en prolonger l'usage.

Articles vendus par le club

Vous pouvez aussi vous procurer le DVD du gala annuelle 2010-2011 en vous adressant soit à Benoit Paquette ou à votre entraîneur. Pendant toute la saison de nage synchronisée, le club peut vous fournir les articles suivants : pince-nez (\$5), casque de bain (\$5) et un sac de sports à l'effigie du club (\$26). Ces articles vous seront distribués par le biais de vos entraîneurs.

Politique d'annulation des cours en cas de tempêtes de neige

Les cours durant la semaine sont annulés lorsque la commission scolaire ferme ses écoles. Pour l'annulation des cours durant la fin de semaine, deux membres du CA ont été mandatés pour prendre une décision vers 6h AM en tenant compte des conditions routières. Ceux-ci communiqueront avec les entraîneurs et les parents seront invités à appeler les entraîneurs pour savoir si les cours seront annulés.

Campagne de financement :

Les membres du CA ont approuvé une politique de répartition des bénéfices pour les campagnes de financement. Le montant net total sera distribué comme suit : 60% au club et 40% aux nageuses.

Pâtisseries de Noël

La campagne des pâtisseries de Noël débutera au début du mois de novembre. Nos nageuses recevront leurs feuilles de commande et la description des produits disponibles lors d'une période d'entraînement. Vous avez jusqu'à la fin de novembre pour remettre les commandes et l'argent à l'entraîneur.

Le port de la sandale

Porter une paire de sandales de bain à la piscine et dans les vestiaires est un bon moyen d'éviter les problèmes désagréables.

Avis

Pour ne pas être victime du vol: nous vous recommandons de barrer vos casiers avec un bon cadenas durant les périodes de nage synchronisée.

Adresse courriel

Si vous désirez recevoir les informations concernant les activités du club par courriel, vous pouvez m'envoyer votre adresse à nicole.cauchon@USherbrooke.ca