

Année 2021-2022

# Guide de l'athlète

Secteur compétitif



# Table des matières

Table des matières .....	1
Qui sommes-nous? .....	2
Respect .....	2
Esprit d'équipe .....	2
Dépassement de soi .....	2
Confiance.....	3
Plaisir.....	3
Engagement de l'athlète .....	4
Engagement du parent.....	6
Engagement des entraîneurs .....	7
Tarifications.....	8
Circuit régional .....	9
Circuit Provincial .....	9
Inscription et paiement .....	11
Remboursement .....	12
Procédures lors de blessure.....	13
Entraîneurs .....	13
Parents.....	13
Athlètes.....	13
Campagne de financement .....	14
Bénévolat .....	15
COMMUNICATIONS : à qui m'adresser? .....	16
Section des annexes .....	17
Annexe 1 .....	18
Annexe 2 .....	19
Compétitions et événements GymQc.....	19
Annexe 3 .....	20
Annexe 4 .....	21
Annexe 5 .....	22
ÉQUIPE DÉVELOPPEMENT .....	22
ÉQUIPE PERFORMANCE .....	24
ÉQUIPE ÉLITE TRAMPOLINE.....	25

# Qui sommes-nous?

## Historique

Le Club de gymnastique Acro-Gym est un organisme à but non lucratif établi à Longueuil depuis 1987 et reconnu par la Ville de Longueuil. Il a pour mission d'offrir des cours de trampoline (trampoline, double mini-trampoline, tumbling) et de cheerleading à des athlètes de 18 mois et plus dans un environnement sécuritaire et par des entraîneurs qualifiés.

Yves Milord, Roch Poulin, Alain Gauthier et Gérald Pétel, veulent former un nouveau club de trampoline au Québec. Les 4 trampolinistes du club Aérotramp, dont le propriétaire est Steve Fleming et l'entraîneur Gabriel Savaria, n'ont aucun équipement. C'est en novembre 1981 qu'Yves Milord et Roch Poulin, qui sont les premiers Québécois à participer à une compétition de trampoline en Tchécoslovaquie, profitent de l'occasion pour faire un arrêt à l'usine Eurotramp en Allemagne afin d'acquérir le premier trampoline et double-mini de marque Eurotramp en Amérique du Nord. À leur retour à St-Bruno, M. François Landry, directeur des Loisirs, se voit dans l'obligation de leur fournir un gymnase pour réaliser leurs projets. QUADROtramp (qui représente les QUATRE fondateurs) a été fondé en Février 1982 par Yves Milord, Alain Gauthier, Roch Poulin et Gérald Pétel lorsque les équipements arrivent d'Allemagne.

En 2016, le club Acro-Gym et le club Quadrotramp ont fusionné afin de créer Virtuose, Centre Acrobatique. Avec cette fusion, Virtuose est maintenant le 2<sup>e</sup> club en importance sur la Rive-Sud et est reconnu club haut-niveau par la Fédération de Gymnastique du Québec.

Le Club offre un volet récréatif en gymnastique qui comporte près de 1 000 athlètes. Le Club offre également un volet compétitif avec près de 150 athlètes dans ce créneau. Ces athlètes compétitionnent au niveau régional, provincial, national et international. Virtuose est un des mandataires du programme Sport-Études des écoles secondaires De Mortagne et Gérard-Filion. Plusieurs athlètes se sont distingués au cours des dernières années en remportant plusieurs médailles et trophées, autant sur la scène régionale, provinciale, nationale et internationale.

## Mission

Virtuose Centre Acrobatique est un club de gymnastique spécialisé dans les différentes disciplines associées aux sports de trampoline. Il a pour mission d'enseigner, de développer et de favoriser l'émergence des athlètes de tous les âges, de l'initiation au rêve olympique, en respectant leur talent et leurs aspirations. Le tout dans un environnement stimulant, sain et sécuritaire.

## Vision

Virtuose centre acrobatique vise à devenir le club québécois formant le plus grand nombre d'athlètes de niveau national, dans les trois sports de trampoline. Il aspire aussi à atteindre et maintenir 2500 inscriptions par année au secteur récréatif.

## Valeurs

### Respect

C'est la valeur la plus importante aux yeux de tous, chez Virtuose; celle sur laquelle s'appuient toutes les autres. C'est d'abord et avant tout le respect qui guide le comportement de chaque employé, bénévole et athlète.

### Esprit d'équipe

La collaboration et l'entraide sont au cœur des activités chez Virtuose. Qu'il s'agisse d'encourager les autres, de préparer un événement, d'aider à la progression d'un athlète, de préparer un spectacle ou d'animer un groupe de campeurs, l'esprit d'équipe mobilise nos troupes.

### Dépassement de soi

Chez Virtuose, chacun a l'occasion de dépasser. Nos athlètes progressent à leur rythme et dans le respect de leurs limites, peu importe, leur âge ou leur niveau. C'est l'engagement qu'on prit nos entraîneurs.

## Confiance

C'est la confiance réciproque que nous nous accordons qui permet à chacun de se lancer au moment où il hésite et de réussir alors qu'il doutait. C'est aussi la confiance en soi qui nous permet de réaliser nos rêves.

## Plaisir

D'abord et avant tout, c'est par plaisir que nos athlètes pratiquent leur sport et pour le bien-être que celui-ci leur apporte. L'équipe de Virtuose s'assure que ce plaisir perdure, au-delà des efforts et de la persévérance

## Grandes réalisations

À ce jour, le club jouit du prestige de ses athlètes ayant participé aux championnats du monde, aux jeux du Commonwealth, aux jeux panaméricains et à plusieurs autres compétitions de calibre international.

Toutes les médailles des gymnastes québécois qui ont participé aux championnats du monde provenaient de Virtuose Centre Acrobatique. Le club couvre tout le spectre compétitif québécois et canadien, des compétitions régionales aux compétitions internationales.

## Engagement de l'athlète

Le code de conduite de Virtuose Centre Acrobatique énonce clairement les règles à respecter par l'athlète, ainsi que les mesures disciplinaires en cas de non-respect de celles-ci, afin que chacun bénéficie des meilleurs services et puisse développer son plein potentiel dans un environnement respectueux, stimulant et sécuritaire.

### COVID-19

- Lire, comprendre et appliquer le [protocole de retour](#) et le [protocole de déplacement](#) de Virtuose en situation de COVID.
- Avoir lu et signé la [reconnaissance de risque](#) pour l'année en cours

### Horaire

- Respecter l'horaire d'entraînement tel que défini lors de l'inscription ou tel que précisé par l'entraîneur. Être ponctuel et aviser l'entraîneur en cas de retard ou d'absence. D'abord, et si possible, communiquer directement avec l'entraîneur, ou sinon laisser un message au bureau de l'administration: **450-672-9696** ;
- Participer aux compétitions, activités et entraînements complémentaires, déterminés par les entraîneurs et qui sont considérés obligatoires;
- Aviser l'entraîneur, dans les plus brefs délais, de toute situation pertinente susceptible d'affecter l'entraînement (maladie, blessure, médication ou autres situations);
- Demander l'autorisation de l'entraîneur pour tout besoin spécifique (récupération scolaire sur les heures d'entraînement; traitement de glace; "taping"; etc.) dans un délai raisonnable.

### Tenue vestimentaire

- Porter une tenue appropriée à l'entraînement (voir [tableau](#));
- Il est interdit de porter l'uniforme de compétition lors des entraînements;
- Porter fièrement le maillot et le survêtement du club lors des événements officiels sanctionnés par Virtuose Centre Acrobatique et les fédérations affiliées;
- Ne porter aucun bijou lors de l'entraînement, des compétitions et des démonstrations;
- Les athlètes doivent avoir les cheveux bien attachés, et ce, pour chaque entraînement. Si la queue de cheval dépasse les lobes d'oreilles, les cheveux doivent être attachés en chignon. Aucun cheveu dans le visage ne sera toléré.
- Ne porter aucune chaussure dans le gymnase;
- Apporter des chaussures de course lors de la période estivale qui est de mai à octobre.

### Salle de musculation

- Porter des souliers de sport en tout temps;
- Apporter votre serviette;
- Replacer votre matériel après usage;
- Garder la salle propre en tout temps.

### Équipement

- S'assurer de la propreté des casiers que le club met à disposition, ainsi que des vestiaires;
- Garder le vestiaire et les toilettes propres et s'assurer de ne pas conserver de nourriture périssable dans les casiers;
- Participer activement à la mise en place, à l'installation et au rangement du matériel avant et après chaque séance d'entraînement et conserver les lieux propres et en bon état;
- Respecter le matériel et les appareils d'entraînement dans le gymnase;
- Respecter les directives générales et les consignes de sécurité émises par les entraîneurs et Virtuose Centre Acrobatique;
- S'assurer de la supervision de l'entraîneur lors de l'utilisation des appareils;

- S'assurer de l'autorisation et de la supervision de mon entraîneur avant de faire, seul, un mouvement complexe non maîtrisé, et ce, par mesure de sécurité et pour éviter les blessures.

## **Règles de conduite**

- S'abstenir de mâcher de la gomme lors de l'entraînement, des compétitions et des démonstrations;
- Adopter un comportement exemplaire ainsi qu'un langage approprié en tout temps envers tous les intervenants (entraîneurs, autres gymnastes, parents, juges, organisateurs, etc.), lors des entraînements, des compétitions et des démonstrations et s'assurer de représenter fièrement Virtuose Centre Acrobatique;
- Donner son maximum à chaque entraînement et adopter une attitude positive;
- Avoir une bonne hygiène de vie, s'assurer d'avoir le nombre d'heures de sommeil nécessaire à chaque nuit, m'alimenter sainement et de ne pas consommer de psychotropes (drogues, alcool, tabac, etc.);
- Garder un bon esprit d'équipe et encourager les autres gymnastes.

## Engagement du parent

Afin de faciliter et de maximiser l'entraînement et le développement gymnique de son enfant, le parent doit prendre connaissance et respecter les règles suivantes en s'engageant à:

- S'assurer de la ponctualité de son enfant lors des entraînements, des compétitions et des démonstrations;
- Ne pas intervenir pendant l'entraînement et dans le champ des connaissances et des responsabilités réservées à l'entraîneur;
- Apporter son soutien à l'entraîneur face aux buts et aux objectifs convenus ensemble au début de l'année gymnique à l'égard du développement de son enfant;
- Reconnaître qu'une évaluation critique des efforts accomplis constitue un élément essentiel du travail de l'entraîneur;
- Rester à jour de l'évolution et des événements auxquels son enfant doit participer;
- Accepter que la poursuite de l'excellence exige beaucoup de travail, d'autodiscipline, d'esprit sportif et d'entraide parmi tous les membres de Virtuouse Centre Acrobatique, y compris les parents d'athlètes et qu'elle exige aussi un dévouement et un engagement de tous les instants.

## Espaces communs

- Reconnaître que sa présence à la mezzanine du gymnase est un privilège;
- Garder l'espace mezzanine propre, et y poursuivre des activités discrètes afin de conserver la quiétude des lieux dans le but de ne pas distraire les gymnastes à l'entraînement;
- Le parent doit demeurer dans l'espace désigné en tout temps;
- L'accès au gymnase est interdit;
- L'accès à la salle de musculation est interdit;
- Retirer ses chaussures ou bottes lors d'un accès éventuel au gymnase.

## Éthique

- Dialoguer avec les autres membres du club de gymnastique de manière courtoise et respectueuse;
- Encourager son enfant à respecter son entraîneur et les décisions de celui-ci, ses coéquipiers ou toute autre personne et ce en tout temps;
- Reconnaître la nécessité de s'abstenir de remettre en cause le jugement des officiels (juges) lors des compétitions afin de ne pas saper leur autorité;
- Éviter tout commentaire irréfléchi à l'endroit d'un entraîneur, susceptible de diminuer la capacité de ce dernier de jouer adéquatement son rôle auprès des athlètes;
- Communiquer avec les entraîneurs par courriel pour toute information, problème ou pour demander un rendez-vous;
- Adopter un comportement exemplaire ainsi qu'un langage approprié en tout temps envers tous les intervenants (entraîneurs, gymnastes, parents, juges, organisateurs, etc.), lors des entraînements, des compétitions et des démonstrations et s'assurer de représenter fièrement Virtuouse Centre Acrobatique.

## Engagement des entraîneurs

Chaque entraîneur est tenu de respecter les règles décrites ci-dessous :

### Horaire et tenue

- Porter des vêtements appropriés (vêtements de sport);
- Respecter la ponctualité et prévenir un entraîneur ou un responsable en cas de retard imprévu;
- S'assurer de trouver un remplaçant en cas d'absence et en aviser son supérieur sans délai.

### Sécurité

- Surveiller en tout temps ses athlètes
- Respecter les consignes de sécurité en vigueur des sports de trampoline;
- S'assurer que les équipements utilisés soient en bon état; ne pas utiliser une pièce d'équipement défectueuse et potentiellement dangereuse; rapporter toute défectuosité à l'administration et placer la pièce d'équipement hors d'usage;
- Placer et ranger l'équipement utilisé dans son cours de façon sécuritaire et avec célérité.

### Salle de musculation

- Porter des souliers de sport en tout temps;
- Replacer votre matériel après usage;
- Ne jamais laisser la salle sans surveillance, barrer la porte en tout temps après son utilisation;
- Respecter l'horaire des plateaux
- Aviser la responsable lorsqu'il y a un bris;
- Garder la salle propre en tout temps.

### Préparation, réalisation et suivi des séances

- Préparer adéquatement son entraînement en fonction du programme établi et du matériel disponible;
- Superviser la période d'échauffement;
- Faire preuve de dynamisme pendant son entraînement;
- Suivre et appliquer le programme de préparation physique remis pour chaque groupe;
- Utiliser le cahier d'évolution fourni à chaque athlète;
- Effectuer le suivi sportif avec les parents et communiquer à son supérieur toutes informations concernant les gymnastes (coordonnées, blessures, inscriptions aux compétitions...).

### Professionalisme et communication

- Collaborer avec les autres entraîneurs concernant la gestion de l'horaire, l'utilisation des équipements et la discipline dans le gymnase;
- Utiliser un niveau de langage approprié et être respectueux envers les athlètes, ses collègues, les parents et toutes autres personnes qu'il sera amené à rencontrer dans le cadre de ses fonctions;
- Respecter les directives émises par la direction et faire connaître toute situation considérée inacceptable ou devant faire l'objet de correctif;
- Participer aux activités organisées par le club (réunions, formations, compétitions, évaluations Défi, cours thématiques, spectacle ou autres).



# Tarifications

## Entraînement annuel

Nom du groupe	Tarif	Nombre de semaine	Total	Nombre maximum de versement
Pré-Défi 2h30	6,10 \$	36	549,00 \$	3
Défi 4h00	5,85 \$	36	842,40 \$	3
Défi 5h00	5,45 \$	36	981,00 \$	3
Défi 8h00	5,45 \$	36	1 569,60 \$	4
Mini-Relève 7h30	5,45 \$	36	1 471,50 \$	4
Pré-Provincial/Provincial 6h00	5,10 \$	37	1 132,20 \$	4
Pré-Provincial/Provincial 9h00	5,10 \$	37	1 698,30 \$	6
Provincial/National 9h00	4,85 \$	37	1 615,05 \$	6
Provincial/National 12h00	4,85 \$	37	2 153,40 \$	8
Provincial/National 15h00	4,85 \$	37	2 691,75 \$	10
Provincial TRI/TUM 12h00	4,85 \$	37	2 153,40 \$	8
Sport-Études	4,85 \$	40	2 910,00 \$	10
Élite TRI 12	4,35 \$	47	2 453,40 \$	8
Élite TRI 15	4,35 \$	47	3 066,75 \$	10
Élite TRI 18	4,35 \$	47	3 680,10 \$	12
Excellence TRI	4,35 \$	47	4 293,45 \$	12

### Non inclus :

- Frais d'administration, de programme et de spectacle
- Frais d'affiliation à la Fédération de Gymnastique de Québec
- Frais reliés aux compétitions et aux camps
- Frais de préparation physique
- Autres frais d'entraînements groupe Élite et Excellence
- Frais d'uniforme

### Frais d'administration, de programme et de spectacle

Le frais d'administration annuel est obligatoire pour être membre du club de gymnastique. Il est au coût de 40\$/année/athlète et n'est pas remboursable si annulation.

Le frais de programme de 20\$ annuellement pour la planification du développement de chaque athlète.

Virtuose Centre Acrobatique produit un spectacle de fin d'année. Afin de nous aider dans sa réalisation, une contribution de 20\$ par athlète est facturée. Elle est remboursable si l'athlète quitte le club avant le spectacle.

### Frais d'affiliation à la fédération de gymnastique du Québec

Les frais d'affiliation sont obligatoires et ajoutés à la facture annuelle. Le coût varie selon la catégorie de l'athlète :

Circuit récréatif	29\$	L'affiliation permet à l'athlète d'être reconnu par la Fédération de Gymnastique du Québec.
Circuit régional CR1-CR2	48\$	
Circuit régional CR3 & Défi 1-2	70\$	
Circuit provincial Défi 1-6	108\$	
Circuit provincial P1 à P4	144\$	
Circuit national	171\$	

## Frais de compétitions

### Circuit régional

Chaque inscription aux compétitions du circuit régional sera approuvée par le parent avant la date d'inscription à l'événement.

### Circuit Provincial

Le parent devra s'assurer que son enfant participe, à toutes les compétitions et sélections provinciales. Un tableau d'estimation des coûts est disponible en **annexe** et le calendrier provisoire de la Fédération ainsi que des événements Virtuose en **annexe**.

Tout gymnaste est automatiquement inscrit à chacun des camps, compétitions provinciales prévues durant l'année. Si votre enfant ne peut pas participer à l'un des camps, des compétitions ou évaluations prévues, il vous revient de nous aviser de l'annulation de l'inscription de votre enfant avant la date fixée par le club. Pour chaque compétition, un mémo vous indiquant la date de la compétition ainsi que la date limite pour l'annulation de celle-ci vous sera donné.

Une série de chèque postdatés de 6 semaines avant les compétitions doit être remis à l'administration au courant du mois d'octobre ou remettre le formulaire de prélèvement directe prévu à cet effet. Les dates vous sont inscrites dans le tableau suivant.

Compétition	Date	Provincial	National	Frais entraîneur	Date du paiement
1e coupe du Québec	3-5 & 10-12 décembre 2021		Prix à confirmer		6 semaines avant
2e coupe du Québec	18-20 & 25-27 février 2022		Prix à confirmer		6 semaines avant
3e coupe du Québec	18-20 & 25-27 mars 2022		Prix à confirmer		6 semaines avant
Championnat Québécois	22-24 avril 2021		Prix à confirmer		3 semaines avant

Seul un billet médical est accepté comme demande d'annulation à une compétition afin d'obtenir un remboursement. *Si vous n'êtes pas en mesure de fournir un billet médical 2 jours avant la compétition (règlement de Gymnastique Québec), vous êtes tenus de payer les frais d'inscription encourus.*

Pour les compétitions de finalités nationales, la Fédération de Gymnastique du Québec procède à l'inscription des athlètes lors du Championnat Québécois. Ce sont des compétitions qui se déroulent en délégation sous la supervision de la fédération et les athlètes y représentent le Québec. Dans le but de faciliter notre organisation, Gymnastique Québec effectuera la réservation de l'hébergement, et assurera l'encadrement de la délégation pour la durée des compétitions mais n'assument pas la responsabilité du transport des participants (athlètes et entraîneurs). La réservation, le paiement et l'horaire du transport se fera en délégation et sera organisé par Virtuose Centre Acrobatique. Nous vous aviserons des frais approximatifs encourus pour cette compétition lors de la réception des communiqués provenant de la fédération.

## Camps Virtuose

Les camps Virtuose sont obligatoires. Il peut y avoir jusqu'à 3 camps au cours de l'année et ils ont pour but d'évaluer et de suivre les entraîneurs et athlètes par des spécialistes afin de les guider et de maximiser leur apprentissage durant l'année. Durant ce camp, les athlètes seront évalués sur des éléments travaillés en cours et auront la chance de travailler sous la supervision de plusieurs spécialistes.

## Frais de préparation physique

Un plan de préparation physique annuel est créé par la compagnie Fit to Prove pour les athlètes. Celui-ci est adapté pour chaque groupe selon leur niveau. Le montant inclus la création des plans ainsi que des visites au courant de l'année pour assurer un suivi auprès athlètes et entraîneurs. Les frais varient selon le groupe de l'athlète.

## Frais d'uniforme

- **Secteur compétitif performance** : Le survêtement, le maillot, le singlet et les shorts du club sont obligatoires pour tout athlète participant à une compétition du secteur provincial. Ils doivent être portés lors des compétitions ou de tout événement avec visibilité;
- **Secteur compétitif développement** : Le maillot de groupe est obligatoire pour les athlètes du secteur développement, le coton ouaté est offert mais non-obligatoire;
- La revente des uniformes du secteur compétitif doit être approuvée par la responsable du secteur;
- Un entraîneur pourra demander à un athlète de racheter un vêtement s'il juge que celui-ci est trop usé. Il fournira alors le vêtement à l'athlète et une facture vous sera envoyée dans le mois qui suit;

Secteur Développement		Secteur Performance	
Coton ouaté développement	35,00 \$	Veste Provinciale	À confirmer
Singlet	28,75 \$	Singlet	88,00 \$
Short	23,00 \$	Short	23,00 \$
Maillot fille	43,70 \$	Maillot fille	100,00 \$

*\* Il est à noter que les prix sont sujets à changement*

# Inscription et paiement

## Modalités de paiement

Le paiement se fait par le biais de transactions mensuelles préautorisées à date fixe ou en un seul paiement en début de saison. Veuillez prendre note que le premier paiement s'effectue le jour de l'inscription. Voici les modes de paiements :

- Chèque personnel, *montant en entier ou postdaté selon le contrat*;
- Argent comptant, *montant en entier seulement*;
- Virement préautorisé (formulaire à remplir avec spécimen de chèque).

Lors de l'inscription, tous les frais seront facturés. Le paiement complet ou en versement est requis ainsi que le [formulaire d'inscription](#) rempli.

*\* Avant de procéder à l'inscription pour la saison 2021-2022, le solde de l'année 2020-2021 doit obligatoirement être réglé.*

## Mois d'essai

Le mois d'essai permet aux entraîneurs de chaque groupe d'évaluer chaque athlète sur une longue période afin de s'assurer que celui-ci soit dans le groupe qui lui convient pour l'année.

Pour l'athlète, cela permet aussi d'évaluer comment celui-ci se sent au sein de son groupe d'entraînement. Si un arrêt ou un changement de groupe survient durant le mois d'essai, il n'y a aucun frais d'administration de 10% qui sera chargé.

## Vacances annuelles

L'athlète peut prendre des vacances en plus des congés déjà déterminés par le club. Il n'y a cependant aucun remboursement possible des heures d'entraînements non effectuées.

La facture pour les athlètes pré-provincial et moins se détaille sur 36 semaines. Nous prévoyons deux semaines de congé pour le temps des fêtes, la semaine de relâche du printemps et quelques journées de congés ponctuelles.

La facture pour les athlètes provinciaux se détaille sur 37 semaines. Nous prévoyons deux semaines de congé pour le temps des fêtes et quelques journées de congés ponctuelles.

Pour les athlètes Élite, la facture se détaille sur 48 semaines. Nous prévoyons 1 semaine de congé pour le temps des fêtes, 2 semaines pour le congé estival et quelques journées de congés ponctuelles. Nous ajustons selon la planification annuelle.

## Politique familiale

Si vous avez plus d'un enfant inscrit à Virtuose, vous bénéficiez d'un rabais de :

- 10% sur les frais d'entraînements le deuxième enfant
- 20% sur les frais d'entraînements le troisième enfant

Le cours le plus élevé est sans réduction et les rabais s'appliquent suivant l'ordre décroissant des cours sur les frais d'entraînements seulement.

Si votre 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> enfants est inscrit au secteur récréatif, vous devez nous envoyer un message afin de nous demander d'appliquer la politique à votre compte.

Envoyer votre message au : [info@virtuosecentreacrobatic.ca](mailto:info@virtuosecentreacrobatic.ca).

## Remboursement

Aucun remboursement ne sera effectué pour les heures manquées par les gymnastes (et il ne sera pas possible de reprendre ces heures sur d'autres plages horaires). Cependant, les cours qui auront été annulés par le club et non-repris seront remboursés.

Si une résiliation est demandée, le club remboursera les frais de cours, de compétitions et de location de costume pour le spectacle de fin d'année moins; les frais d'affiliations, les cours déjà donnés, une pénalité correspondant au plus petit montant suivant : 50\$ ou 10% du prix des cours qui n'ont pas encore été suivis, les compétitions déjà faites, les vêtements commandés

Si l'annulation de l'inscription est demandée durant le mois d'essai, aucune pénalité ne sera chargée.

Si votre enfant était inscrit au secteur récréatif et que celui-ci transfère au secteur compétitif, il est de votre devoir de nous avertir dans les plus brefs délais, sinon des frais supplémentaires peuvent vous être chargés.

Pour un cas de blessure survenue lors d'un cours, qui nécessite une absence de plus de **six semaines** et qui est motivée par un billet du médecin, le club créditera les cours manqués au taux horaire du cours. Il est important d'envoyer la preuve médicale dès sa réception à la direction.

Vous devez remplir le document de [résiliation](#) et l'envoyer par courriel à l'administration. La date de réception du courriel détermine la date d'annulation. [direction@virtuosecentreacrobatique.ca](mailto:direction@virtuosecentreacrobatique.ca)

## Retard et non-paiement

Un suivi très serré est effectué concernant les retards et les non-paiements. Des frais de 25\$ seront chargés pour tout paiement retourné. Si tel est votre cas, vous recevrez un avis par courriel ou téléphone, vous demandant de corriger la situation dans les plus brefs délais. Après deux relances de notre part, une lettre d'avertissement vous sera remise. Si la situation n'est pas corrigée dans les plus bref délais, l'athlète pourrait se voir suspendu des entraînements.

## Procédures lors de blessure

Lors de blessures mineures ou graves, il est important d'avertir un parent ou un entraîneur. Un suivi devra être fait avec plusieurs parties. Il va de soi que ces démarches sont effectuées pour le bien de l'athlète.

### Entraîneurs

L'entraîneur est responsable de vérifier la gravité de la blessure et d'en discuter avec l'athlète et/ou ses parents. Il doit également remplir un rapport d'accidents électroniquement et l'envoyer à Gymnastique Québec et mettre son supérieur en copie.

### Parents

Les parents sont responsables de faire les suivis médicaux nécessaires afin de permettre le retour à l'entraînement de l'athlète et ce, dans le but de maintenir la santé de l'enfant (visite chez le spécialiste, radiographie, IRM, etc.). Le parent doit informer l'administration de toute blessure qui entraîne un arrêt de plus de 6 semaines consécutives.

### Athlètes

L'athlète doit signaler toute blessure à son entraîneur ou parent.

## Protocole à suivre en cas de commotion cérébrale

Nous suivons le [protocole](#) émis par la fédération de Gymnastique du Québec.

## Campagne de financement

Les campagnes sont divisées en 2 catégories.

### Campagnes pour fond d'athlètes

Ces campagnes de financement aident le parent à accumuler de l'argent dans le compte Virtuose de son athlète et aider celui-ci à défrayer certains coûts. Ces campagnes sont sur une base volontaire.

Tous les détails vous seront communiqués.

- Cadeau de Noël
  - Chocolats de Pâques
- Automne  
Hiver

### Campagnes générales pour le club

Les campagnes de financement générales aident Virtuose Centre Acrobatique à garder les coûts d'entraînements à un prix concurrentiel ainsi qu'à l'achat d'équipements. Votre participation est requise pour les campagnes de financement.

**Loterie Virtuose :** Tirage de plusieurs prix dont un crédit voyage. Chaque athlète aura un carnet de 10 billets de tirage à vendre obligatoirement. Si vous ne souhaitez pas participer à la campagne de financement de la loterie Virtuose, une contribution monétaire de 75,00 \$ sera demandée.

**FundScrip :** La campagne d'achat de cartes-cadeaux est pour aider le club dans son financement annuel. Il vous suffit de régler une partie ou la totalité de vos achats en utilisant des cartes-cadeaux achetées à leur valeur nominale auprès de détaillants participants FundScrip pour qu'un pourcentage de chaque carte-cadeau serve à soutenir le club.

Voici un exemple :

Nous avons environ 130 athlètes au secteur compétitif.

Si 50% de ceux-ci commande à chaque mois des cartes pour payer leur épicerie seulement (minimum de 400\$ d'épicerie par mois), avec une moyenne de remise de 3% pour les épiceries, cela nous donne 780\$ de financement. Après 12 mois nous parlons de 9360\$

130 athlètes x 50% = 65 familles  
65 familles x 400\$ d'épicerie = 26 000\$  
26 000\$ x 3% de profit = 780\$ de profit mensuellement  
780\$ x 12 mois = 9 360 \$ de gain annuellement

Ce sont au minimum 9 360\$ de profit par année que nous sommes capables d'aller chercher afin d'aider le club dans son financement, *sans vente à pression ou porte-à-porte.*

9 360\$, c'est le prix d'un trampoline usagé  
9 360\$, c'est le prix de plusieurs nouveaux matelas, fosses ou autres  
9 360\$, c'est le prix de plusieurs accessoires de musculation

*Le programme de commande automatique est mis en application dès septembre. Vous pourrez ainsi précommander vos cartes mensuellement en remplissant le formulaire de prélèvement automatique.*

## Bénévolat

Comme à chaque année, un programme de bénévolat est obligatoire. Chaque athlète ou un membre de son entourage est tenu de compléter des heures à titre bénévole pour l'organisation. Les heures de bénévolat sont calculées en fonction du nombre d'heures d'entraînement hebdomadaire de chaque athlète.

Le nombre d'heure de bénévolat annuel à effectuer équivaut au nombre d'heure d'entraînement par semaine. Par exemple, un athlète qui s'entraîne 9 heures par semaine devra, avec l'aide de son entourage, compléter 9 heures de bénévolat au cours de l'année. Sans quoi, le dépôt du chèque sera effectué.

Dans le cas où une famille à plusieurs enfants inscrits, le nombre d'heures de bénévolat à effectuer sera calculé de la manière suivante : Bénévolat = (100% des heures hebdomadaires de l'enfant effectuant le plus d'heures) + (50% des heures du 2e enfant) + (25% des heures du 3e enfant) pour un maximum de 24h.

Un chèque de la valeur au nombre d'heures d'entraînement hebdomadaire vous sera demandé en dépôt. *En cette année toujours sous la COVID, aucun dépôt ne sera demandé.*

Un calendrier exhaustif des tâches de bénévolats se trouve en **annexe**.



## **COMMUNICATIONS : à qui m'adresser?**

Pour toute question relative au programme d'entraînement de votre enfant, veuillez tout d'abord vous adresser à son entraîneur.

Si celui-ci ne peut vous répondre ou si la réponse ne vous satisfait pas, vous pouvez vous adresser à Flavie Groleau, responsable du secteur compétitif, par courriel à [competitif@virtuosecentreacrobatique.ca](mailto:competitif@virtuosecentreacrobatique.ca). Prenez note que vous devez prendre rendez-vous pour une rencontre et que la communication se fera uniquement par courriel.

Pour toute question relative au secteur récréatif, vous pouvez écrire à [info@virtuosecentreacrobatique.ca](mailto:info@virtuosecentreacrobatique.ca) ou veuillez-vous référer à Denise Lapointe, responsables du secteur récréatif, à l'adresse suivante : [recreatif@virtuosecentreacrobatique.ca](mailto:recreatif@virtuosecentreacrobatique.ca).

Pour toute information relative aux inscriptions, aux paiements ou à toute autre question administrative, veuillez-vous adresser à l'administration. Vous pouvez communiquer au 450.672.9696 ou par courriel à l'adresse [info@virtuosecentreacrobatique.ca](mailto:info@virtuosecentreacrobatique.ca)

### **Médias Sociaux**

Suivez-nous sur notre page Facebook, Instagram et LinkedIn, beaucoup d'informations s'y retrouvent.

### **Site internet**

Voyez le rajeunissement de notre site internet, nous travaillerons à alimenter le site de nouvelle, documents importants et autre, prenez le temps de le consulter afin de retrouver l'informations.

Dans la section « compétitif » nous présentons les athlètes des différents groupes avec une fiche descriptive. La fiche est disponible en annexe ou sur notre site dans l'onglet « Documentation ». Vous pouvez remplir la fiche et la retourner à l'administration.

### **Sollicitation et médias**

Avant de solliciter ou de communiquer avec les médias, vous devez avoir l'autorisation de la direction.

## Section des annexes

# Annexe 1

## Tableau d'estimation des coûts de compétitions

Nom de la compétition	Nombre par année	Coût approximatif	Développement	Provincial	National
Invitation CR	2 ou 3	65 \$	I		
Invitation Défi	2 ou 3	65 \$	I		
Jeux du Québec	tous les 2 ans	150 \$		I	I
Coupe Québec	3	entre 100\$ et 120\$		I	I
Championnat Québécois	1	entre 105\$ et 125\$		I	I
Championnat de l'Est	1	entre 1000\$ et 2000\$		I + V + T + H	
Championnat Canadien	1	entre 1000\$ et 2000\$			I + V + T + H
Élite Canada	1	entre 1000\$ et 2000\$			I + T + H
Camp Virtuouse	3	60 \$	I	I	I
Coupe du Monde	Plusieurs	Variable			I + V + T + H
Championnat du monde	1	Subventionné			I + V + T + H
Jeux du Commonwealth	tous les 4 ans	Subventionné			I + V + T + H
Jeux Panaméricain	tous les 4 ans	Subventionné			I + V + T + H
Jeux Olympique	tous les 4 ans	Subventionné			I + V + T + H

### Légende :

I : Frais d'inscription

V : Vêtements de délégation

T : Transport en délégation

H : Hébergement en délégation

## Annexe 2

### CALENDRIER PROVISOIRE 2021-2022

Compétitions et événements GymQc

MOIS	DATES	ÉVÈNEMENTS
Septembre 2021	1er	Sport-Études - Début des cours
	6	CONGÉ - Fête du Travail
	7	Compétitif - Début des cours
	12	Rentrée Administrative
Octobre 2021	7	Congé - Action de Grâce
	4	Compétitif - Fin de la période d'essai
Décembre 2021	3 au 5	1ière Coupe Québec STR - P1 + P2 (TR - DMT)
	10 au 12	Invitation STR - P3 et + (TR - DMT) / P1 et + (TUM)
	17 au 19	Camp Jeune Élite
	20 au 5 jan.	CONGÉ - Période des fêtes
Janvier 2022	6	Début des cours
		1ière Coupe Québec STR - P3 et + (TR - DMT) / P1 et + (TUM)
Février 2022	18 au 20	2e Coupe Québec STR - P3 et + (TR - DMT) / P1 et + (TUM)
	25 au 27	2e Coupe Québec STR - P1 + P2 (TR - DMT)
	28 au 6 mars	SEMAINE DE RELÂCHE - Secteur développement seulement
Mars 2022	4 au 8	Jeux du Québec 2022 - Rivière-du-Loup
	18 au 20	3e Coupe Québec STR - P1 + P2 (TR - DMT)
	25 au 27	3e Coupe Québec STR - P3 et + (TR - DMT) / P1 et + (TUM)
Avril 2022	17	Congé - Pâques
	22 au 24	Championnats Québécois
Mai 2022	13 au 15	Championnat de l'Est du Canada - Sherbrooke
Juin 2022	6	Fin des cours

\* Les dates et lieux peuvent changer.

## Annexe 3

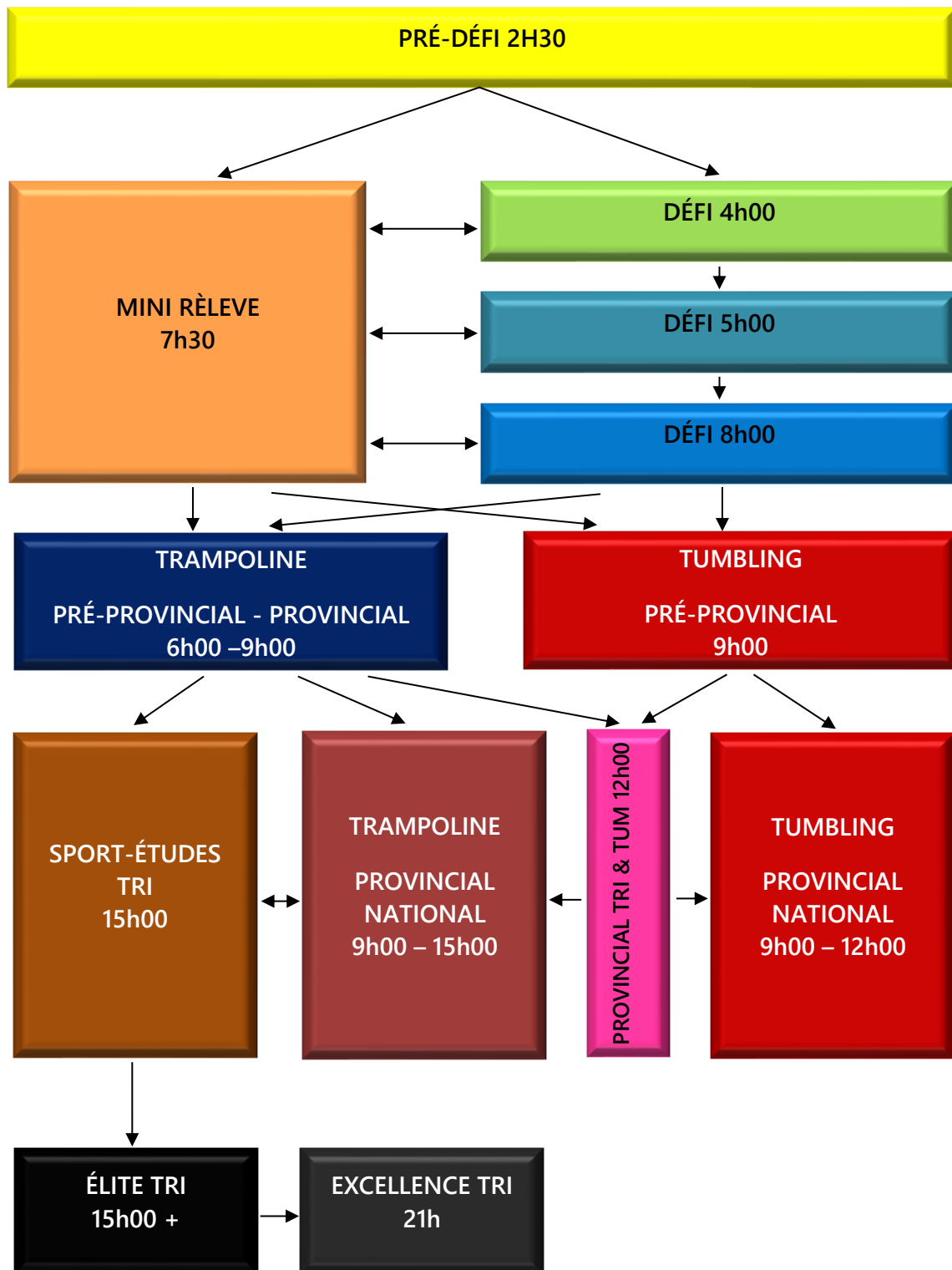
Tableau Provisoire des besoins en bénévoles

Description	Détail	Nombre de personnes requises	Nombre d'heures requise pour la tâche (bloc)
Coupe Québec Ou compétition	Montage	25	4
	Démontage	25	4
	Accueil	12	4
	Sécurité	12	4
	Repas/restauration	20	3
	Compilation	20	5
	Protocole/marche d'entrée	35	4
Camp Virtuose	Montage	3	2
	Démontage	3	2
	Nourriture (recette)	5	1
	Accueil	2	4
Test physique	Compilation	2	3
	Accueil	2	3
Spectacle annuel	Accueil/accréditation	10	3
	Montage	10	3,5
	Démontage	10	3,5
	Costume nettoyage	3	2
	Loges	25	3
	Sécurité	6	3
Entrée récréatif automne/hiver/printemps	Accueil/information	6	4
	Table de vente	3	4
Pré-inscription récréatif hiver/printemps	Accueil	3	4
	Table de vente	3	4
Communication		1	sporadique
Café	Entretien machine à café	1	1h/mois
Comité financement	Planification campagne	6	

\* Les besoins peuvent varier au courant de l'année

## Annexe 4

### Structure du secteur compétitif & cheminement



## Annexe 5

### Profil des groupes et exigences

#### ÉQUIPE DÉVELOPPEMENT

	Pré-Défi 2h30	Mini-Relève	Défi 4h00	Défi 5h00	Défi 8h00
ÂGE	3 à 5 ans	6 à 10 ans	5 à 7 ans	7 à 9 ans	9 à 14 ans
EXIGENCES	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Placement et concentration</li> <li>• Agilité et coordination</li> <li>• Capacité physique</li> <li>• Gymnique (TRI et TUM)</li> <li>• Comportement</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Excellente capacité physique</li> <li>• Placement et concentration</li> <li>• Agilité et coordination</li> <li>• Se démarque au plan gymnique (TRI/TUM)</li> <li>• Comportement adéquat</li> <li>• Présence au cours assidus</li> <li>• Participation aux événements inscrits au calendrier gymnique</li> <li>• Groupe modèle</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Placement et concentration</li> <li>• Agilité et coordination</li> <li>• Capacité physique</li> <li>• Gymnique (TRI et TUM)</li> <li>• Comportement</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bonne capacité physique</li> <li>• Gymnique : avoir complété le niveau 3 en TRI et TUM du programme Virtuose</li> <li>• Comportement</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bonne capacité physique</li> <li>• Gymnique : avoir complété le niveau 5 en TRI et TUM du programme Virtuose</li> <li>• Comportement</li> </ul>
NOMBRE D'HEURES D'ENTRAÎNEMENT	<p>1 x 1h00 / semaine 1 x 1h30 / weekend Entre 36 et 37 semaines / année <b>TOTAL = 2h30</b></p>	<p>3 x 2h30 / semaine Entre 36 et 37 semaines / année <b>TOTAL = 7h30</b></p>	<p>1 x 2h00 / semaine 1 x 2h00 / weekend Entre 36 et 37 semaines / année <b>TOTAL = 4h00</b></p>	<p>1 x 2h30 / semaine 1 x 2h30 / weekend Entre 36 et 37 semaines / année <b>TOTAL = 5h00</b></p>	<p>2 x 2h30 / semaine 1 x 3h00 / weekend Entre 36 et 37 semaines / année <b>TOTAL = 8h00</b></p>
RATIO ENTRAÎNEUR	1 pour 4 athlètes	1 pour 4 athlètes	1 pour 5 athlètes	1 pour 5 athlètes	1 pour 5 athlètes
NOMBRE MAXIMUM D'ATHLÈTES	8	8	10	10	15





## Profil des groupes et exigences

### ÉQUIPE PERFORMANCE

	Pré-Provincial - Provincial TRI 6h00 -9h00	Provincial - National TRI 9h00 - 15h00	Pré-Provincial Provincial - National TUM 9h00 - 12h00
ÂGE	8 ans et plus	8 ans et plus	8 ans et plus
EXIGENCES	Se démarque : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bonne capacité gymnique</li> <li>• Comportement</li> <li>• Niveau R5 à P2 en TRI et DMT</li> </ul>	Se démarque : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bonne capacité gymnique</li> <li>• Comportement</li> <li>• Niveau P3 à National en TRI et DMT</li> </ul>	Se démarque : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bonne capacité gymnique</li> <li>• Comportement</li> <li>• Niveau R5 et plus en TUM</li> </ul>
NOMBRE D'HEURES D'ENTRAÎNEMENT	2-3 x 3h00 / semaine ou week-end Entre 37 et 39 semaines / année <b>TOTAL = 6h00 - 9h00</b>	3-4 x 3h00 / semaine ou week-end Entre 37 et 39 semaines / année <b>TOTAL = 9h00 - 12h00</b>	3-4 x 3h00 / semaine ou week-end Entre 37 et 39 semaines / année <b>TOTAL = 9h00 - 12h00</b>
RATIO ENTRAÎNEUR	1 pour 5 athlètes	1 pour 5 athlètes	1 pour 6 athlètes
NOMBRE MAXIMUM D'ATHLÈTES	12	12	7

## Profil des groupes et exigences

### ÉQUIPE ÉLITE TRAMPOLINE

	Sport-Études	Élite	Excellence
ÂGE	Secondaire 1 à 5	12 ans et plus	13 ans et plus
EXIGENCES	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bonne capacité gymnique</li> <li>Comportement</li> <li>Niveau P2 et plus en TRI et DMT</li> <li>Avoir rempli les critères d'admission du programme Sport-Études d'une école partenaire du club</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Excellente capacité physique</li> <li>Niveau national</li> <li>Prêt à s'investir</li> <li>Comportement exemplaire</li> <li>Effort constant et soutenu</li> <li>Évolution gymnique ascendante</li> <li>Ponctualité et présence aux cours</li> </ul>	<p>Se démarque :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Critères Next Generation (Gym Can)</li> </ul>
NOMBRE D'HEURES D'ENTRAÎNEMENT	5 x 3h00 / semaine avec le calendrier scolaire <b>TOTAL = 15h00</b>	5-6 x 3h00 / semaine ou week-end 47 semaines / année <b>TOTAL = 15h00 - 18h00</b>	6 -7 x 3h00 / semaine ou week-end 47 semaines / année <b>TOTAL = 18h00 - 21h00</b>
RATIO ENTRAÎNEUR	1 pour 5 athlètes	1 pour 5 athlètes	1 pour 6 athlètes
NOMBRE MAXIMUM D'ATHLÈTES	9-10	3-6* (max 6 avec excellence TRI)	0-6