

Question sur le patinage ?

Les tests de club

Vous avez pu suivre dans les Bord de Piste de la saison 2005-2006 la description de tous les tests d'initiation ainsi que celle des Patins Nationaux du 1^{er} au 6^{ème} degré. Nous continuons les tests de club avec les Patins Nationaux 7^{ème} et 8^{ème} degrés.

Patin National 7

Avec le PN7, on continue la série des doubles sauts. On commence la série des sauts piqués avec l'obligation de maîtriser le double boucle piqué. Après avoir réalisé des combinaisons « simple-simple », le PN7 oblige la réalisation d'une combinaison « double-simple » avec obligatoirement le double salchow.

Pour les pirouettes, on voit apparaître les pirouettes sautées.

Au niveau des pas, nous continuons avec les brackets ; mais cette fois-ci, obligation de réaliser les brackets arrières.

- a) **Saut (2 essais possibles) :** Double Boucle Piqué.
- b) **Combinaison de trois sauts simples (2 essais possibles) :** Un saut simple ou double avec **obligatoirement** un double salchow.
- c) **Pirouettes (2 essais possibles) :** Pirouette sautée (6 tours minimum).
Pour les filles : Pirouette cambrée.
Pour les garçons : Pirouette assise changée de pied assise, rechangée de pied assise (4 tours minimum par position).
- d) **Retournement :** Un seul retournement sera demandé. Le retournement sera énoncé ou tiré au sort par le juge.
Bracket dehors arrière gauche
Bracket dehors arrière droit
Bracket dedans arrière gauche
Bracket dedans arrière droit
- e) **Attitude :** Fente Ina Bauer dehors ou dedans (au choix du patineur).

● **Jugement par OUI ou par NON, sans note attribuée.** Le Juge se réserve le droit de faire recommencer un seul élément. Le Test Patin National 7^{ème} degré de Patinage Libre est obligatoire pour passer le Test Patin National 8^{ème} degré de Patinage Libre.

Patin National 8

Nous continuons la progression des sauts avec un autre saut de carre : le double boucle.

Une combinaison sera aussi demandée mais cette fois-ci avec le double boucle piqué.

Au niveau des pirouettes, la difficulté sera d'exécuter, au minimum, deux positions sur chaque pied.

Au niveau des pas, nous poursuivons la série des retournements avec une autre catégorie : les contre-rocking. Toutes les sortes de contre-rocking seront demandées : en dehors et en dedans, en avant et en arrière, à droite et à gauche.

- a) **Saut (2 essais possibles) :** Double Boucle.
- b) **Combinaison (2 essais possibles) :** Un saut simple ou double avec **obligatoirement** un double boucle piqué. Une suite de sauts : Axel – Torren – Double salchow.
- c) **Pirouettes (2 essais possibles) :** Pirouette combinée avec un changement de pied et au moins un changement de position sur chaque pied (5 tours + 5 tours minimum).
Pirouette attitude simple position (6 tours minimum).
- d) **Retournement :** Un seul retournement sera demandé. Le retournement sera tiré au sort par le juge.
Contre-rocking dehors avant gauche – contre-rocking dehors avant droit.
Contre-rocking dehors arrière gauche – contre-rocking dehors arrière droit.
Contre-rocking dedans avant gauche – contre-rocking dedans avant droit.
Contre-rocking dedans arrière gauche – contre-rocking dedans arrière droit.
- e) **Attitude :** demi-flip écarté.

● **Jugement par OUI ou par NON, sans note attribuée.** Le Juge se réserve le droit de faire recommencer un seul élément. Le Test Patin National 8^{ème} degré de Patinage Libre est obligatoire pour passer le Test Patin National 9^{ème} degré de Patinage Libre.

Prochainement dans le Bord de Piste n° 10

les initiateurs et initiatrices du club...
les résultats des Masters...
les derniers PN...

Directeur de la publication : Gérard Balthazard.
Rédaction : redacteur@grenoble-patinage.com.
Gérard Balthazard, France Bellissard, Solène Dumont, Cathy Faure.
Crédits photos : O. Brajon, L. Bellissard, C. Philippe.
Conception graphique & mise en page : Christine Philippe.

Vous voulez contribuer à la réalisation de cette lettre mensuelle, venez nous voir au bureau, sur Internet ou en bord de piste. Le bureau du club est ouvert tous les lundis de 9 h 30 à 17 heures et les jeudis de 9 h 30 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 15.



Lettre du Grenoble Isère Métropole Patinage
www.grenoble-patinage.com



Parole à...

Gérard Balthazard
Président du Grenoble Isère Métropole Patinage

Et oui, c'est déjà la rentrée ! Chaque rentrée sportive donne lieu à une certaine effervescence, inscription, intégration des nouveaux...

Comme vous avez pu en être informés par le site : grenoble-patinage.com, l'assemblée générale de juin dernier a validé avec 100 % des voix, le nouveau nom du club : **Grenoble Isère Métropole Patinage** et une modification des statuts.

D'autre part, après une réflexion engagée avec les parents d'élèves, les enseignants, et bien sûr l'ensemble des intervenants du collège des Saules, je tiens à vous informer de la mise en place d'une convention favorisant l'aménagement scolaire de nos patineurs. Ce principe de coéducation permettra, je l'espère, d'instaurer un climat profitable à tous les enfants.

Nouveauté également « **le carnet du patineur** » réservé aux compétiteurs, mais aussi, comme vous l'avez sans doute remarqué, un relookage du **Bord de Piste** pour aborder cette nouvelle saison.

Et puis, la bonne nouvelle qui nous vient de **Didier Migaud, Président de la Métro**, le conseil de communauté s'est prononcé favorablement sur l'application d'un nouveau tarif de 30,00 € annuel réservé aux licenciés et donnant droit à l'accès à la patinoire « Pôle-Sud » dans le cadre des séances publiques.

► Info'club...

**Une nouvelle équipe,
un nouveau nom...**

Lors de la dernière assemblée générale, ont eu lieu les élections du nouveau bureau (élu pour 4 ans) dont la composition est la suivante :

- Président : Gérard Balthazard
- Secrétaire général : Luc Bellissard
- Trésorière générale : Nadine Kinckel

Le club s'est aussi doté de nouveaux statuts et d'un **conseil d'administration**, composé de 19 membres.

Le nouveau nom du club, **Grenoble Isère Métropole Patinage (G.I.M.P)** et son logo, que vous connaissez depuis deux ans maintenant, ont été approuvés lors de cette assemblée.



◀ Une partie des membres du nouveau conseil d'administration.

Pour une bonne année de glisse : consignes des professeurs

Afin de garantir le bon déroulement des cours, voici quelques consignes dont tous nos patineurs devront prendre connaissance et qu'ils devront respecter strictement :

- Être à l'heure sur la glace.
- Porter une tenue adaptée à la pratique du patinage (tenue souple permettant les mouvements et suffisamment chaude, pas de jupe ni de short, **et plus important les gants sont obligatoires**).
- Les cheveux longs doivent être attachés.
- Pas de chewing-gum ni téléphone portable en cours.
- Apporter une bouteille d'eau marquée au nom du patineur.
- Pour les plus petits, pensez au « pipi avant le cours ».
- Pas de parent ni ami en bord de piste, sauf impératif. (Vous pourrez, en fin de cours, poser toutes vos questions aux initiateurs et/ou professeurs de permanence).

Nous sommes tout au long de la saison toujours à votre disposition pour vous apporter des conseils et nous vous encourageons à rencontrer les bénévoles pour partager vos impressions et nous aider à améliorer le fonctionnement.

À tous, nous souhaitons une très bonne année de glisse !

L'équipe enseignante ■

Les Initiateurs et Initiatrices

du Club

►►► Clarisse DUCLOT

Suivant l'exemple de sa sœur, Clarisse débute le patinage artistique à l'âge de 6 ans à l'ASCEA, en loisir. Elle souhaite ensuite devenir initiatrice et juge pour rester dans le milieu du patinage et « garder les patins aux pieds », même si elle ne patine plus pour elle.

Elle aime transmettre son savoir, elle a envie d'aider les patineurs, enfants et adultes, à surmonter leur appréhension de la glace. « Quelle satisfaction de les voir passer les médailles avec succès ! Ce que je préfère enseigner : la glisse, les petits pas, les attitudes... ».

La saison dernière, Clarisse termine ses études d'infirmière. Cette année, c'est le diplôme et le début dans le monde du travail, et, pour cette raison, avec ses horaires décalés et le travail le week-end, elle ne peut plus cette année continuer à enseigner et à juger des compétitions. Le mot de la fin lui revient :

« Je tiens à remercier toutes les personnes que j'ai côtoyées lors de cette magnifique expérience et je tiens à dire que je quitte la patinoire à contre cœur !

Je souhaite à tous les élèves que j'ai entraîné durant ces cinq années ainsi qu'à tous les compétiteurs que j'ai jugés depuis trois ans de continuer ce sport avant tout pour se faire plaisir ! ».



► Info'club... (suite)

ATTENTION ! les patineurs devront désormais passer par les tourniquets à droite du bureau d'accueil pour se rendre sur la petite piste et aux vestiaires.

Permanences – Questions

Certains professeurs et initiateurs assureront, en fin de cours, une permanence pour répondre à toutes les questions, récupérer les documents, les inscriptions aux stages... Merci de vous adresser **uniquement** à eux et en fin d'heure, afin de ne pas déranger les autres professeurs et de ne pas perturber les cours.

- Le lundi, à 18 h 30, Amandine répondra à vos questions.
- Le mardi à 18 h 30, Perrine, Anne et Elise assureront la permanence.



- Le mercredi à 13 h 45, ce seront Cathy et Solène.
- Marjorie et Taka seront disponibles le samedi à 19 h 15.



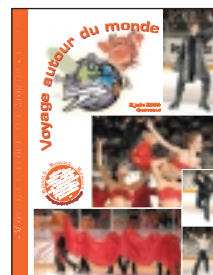
N'hésitez pas à leur faire part de toutes vos suggestions, vos interrogations, questions...

Vous pouvez aussi poser vos questions par mail à l'adresse suivante : contact@grenoble-patinage.com ou bien à Cathy pendant les heures d'ouverture du bureau (le lundi de 9 h-17 h et le jeudi 9 h-12 h et 14 h-17 h).

► Info'DVD

Les DVD du « Voyage autour du monde » sont disponibles depuis fin août. Si vous les avez réservés n'oubliez pas de venir les chercher au bureau des clubs, aux heures d'ouverture.

Si vous n'avez pas rempli votre bon de commande en fin de saison dernière, vous pouvez encore vous procurer les DVD des « As de la Glace », et/ou du gala de fin d'année au prix de 15 € chaque double DVD.



► Info'Haut-Niveau : scolarité aménagée

Les efforts du club pour offrir aux patineurs de la section haut niveau une section à horaires aménagés, leur permettant de concilier le patinage et leurs études, ont porté leurs fruits, puisqu'une convention a été signée avec un collège, en juin dernier.

Une section à horaires aménagés « patinage artistique » existe donc du CE1 à la 3^{ème} à Grenoble, permettant de 10 à 14 heures de patinage hebdomadaire.

La scolarisation, dans l'école primaire et le collège partenaires du club est **obligatoire** en haut niveau. Aucun patineur scolarisé dans un autre établissement ne pourra entrer ou demeurer en haut niveau.

événement... événement... événement...

[4-5 novembre 2006]

La Coupe Nationale de Grenoble [1^{ère} division]

Le club organisera, cette année, une **Coupe de 1^{ère} division**. Cette coupe de début de saison verra s'affronter les **meilleurs patineurs nationaux** de 1^{ère} division. L'entrée est gratuite, ouverte à tous, n'hésitez pas à venir encourager les patineurs grenoblois et assister à une compétition de qualité ! Nous avons besoin de toutes les bonnes volontés pour organiser cette Coupe et occuper différents postes (stand, sono, relation avec les juges...) le jour même.

Venez rejoindre l'équipe de bénévoles du GIMP !

Nous sommes à la recherche de lots pour les participants de la Coupe. S'il vous est possible de donner des lots, d'en récupérer auprès de commerçants, ou de votre entreprise, vous pouvez prendre contact avec Cathy Faure. Le club peut vous fournir une attestation sur la destination des lots donnés.

événement... événement... événement...

événement... événement... événement...

événement... événement... événement...

► Info'club : affûtage

Le club est désormais en mesure de vous proposer un service d'affûtage, au tarif de 5 €.

Willy tiendra une permanence pour les adhérents du club, tous les mercredis de 16 h – 17 h 30, près de l'entrée patineur de la grande piste (couloir des vestiaires, au niveau de la sortie arrière de la patinoire).

► Info'Licenciés

Patinez toute l'année à un tarif avantageux !



Les licenciés du club peuvent désormais acheter une carte d'abonnement annuel à Pôle Sud pour la somme de 30 €. Cette carte leur permettra de louer gratuitement des patins et d'entrer toute l'année gratuitement en séance publique, y compris pour les séances à thème. Ce tarif exceptionnel n'est offert qu'aux adhérents, sur présentation de leur licence.

► Info'Compétition : les Master's

Félicitations à Chafik Besseghier qui termine 10^{ème}/18 pour sa première participation aux Master's en Juniors et à Yoann Deslot 4^{ème}/9 chez les seniors. Cette compétition de début de saison est très importante puis-

qu'elle est qualificative pour les championnats de France Élite et certaines compétitions internationales.

Stage de Toussaint

Comme pour chaque période de vacances scolaires, le club vous propose des séances supplémentaires de patinage du mercredi 25 octobre au samedi 4 novembre. Les horaires des stages sont indiqués dans le tableau ci-dessous.

→ Prix pour 1 séance : 7,30 €. → Prix pour le stage complet : 30 €.

	Niveau 1 (Glaçon 1 à Patin d'acier)	Niveau 2 (préliminaire et plus)
mercredi 25/10	12h45/13h45	19h00/20h15
samedi 28/10 (à confirmer)	18h15/19h15	19h15/20h15
lundi 30/10	17h30/18h30	18h30/19h30
mardi 31/10	17h30/18h30	18h30/19h30
samedi 04/11	18h15/19h15	19h15/20h15

Pour la bonne organisation des stages, inscrivez-vous à l'avance. Les inscriptions de dernière minute ne pourront être acceptées que dans la limite des places disponibles.

Pour les stages spécifiques des groupes Détection, Compétition et Haut niveau, les informations seront mises dès que possibles sur le site du club : www.grenoble-patinage.com.

Pour des informations supplémentaires ou pour les inscriptions, veuillez vous adresser :

- ✓ au bureau les lundis de 9h30 à 17h et jeudis 9h30/12h00 - 14h00/17h15
- ✓ par mail à contact@grenoble-patinage.com.

..... ✂

NOM :

Prénom :

Niveau personnel :

Journée(s) choisie(s) :

.....

Total (à régler à l'ordre du GIMP) :