Rencontre d’information

Session récréative H2024

Québec Performance
CLUB DE GYMNASTIQUE

ORDRE DU JOUR

- ➔ Mot de la direction
- ➔ Présentation de l'équipe
- ➔ Déroulement de la session
- ➔ Où récupérer mon enfant
- ➔ Services du Club
- ➔ Code de vie (prendre connaissance)

MOT DE LA DIRECTION

Ce document est une référence pour les membres qui sont inscrits à une de nos activités du secteur récréatif pour la session H2024.

1 - **Communications et événements**

- **Infolettre** : Moyen utilisé pour communiquer avec l'ensemble des membres, les sujets importants durant la session.

Important de ne pas se désinscrire et d'en prendre connaissance

- Médias sociaux : Facebook, Instagram
- Site internet : www.gymqcperfo.com
- Règles de fonctionnement et politiques administratives https://gymqcperfo.com/wp-content/uploads/2023/08/REGLES-DE-FONCTIONNEMENT-ET-POLITIQUE-ADMINISTRATIVE-SECTEUR-RECREATIF_2023-2024.pdf

2- **Différentes disciplines au sein du Club**

- Petite enfance 3-4 ans, 5 ans et Parents-enfants **(parcours pour le développement moteur)**
- Gymnastique acrobatique : acrosport pyramide
- Gymnastique artistique féminine
- Gymnastique artistique masculine
- Trampoline : tumbling, trampoline et double mini
- Parkour

3 - **Tarification**

- Varie en fonction du nombre de semaines (automne = 12 semaines, hiver = 10 semaines, printemps et été = 8 semaines chaque
- Varie en fonction du site

4 - **Vérification date de naissance**

- Amener carte assurance maladie au 1er cours
- Conséquence de falsifier une date de naissance : affiliation/assurance est caduque et brime enfant du bon âge

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE : Services aux membres

MARTINE HOUDE
Commis-comptable
commiscomptable@gymqcperfo.com-
581-981-1496 p.111

ANNE TREMBLAY
Agent service aux membres
info@gymqcperfo.com
581-981-1496 p.101 ou le 0

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE : CHEFS DE SECTEURS ET COORDONNATRICE

LAURIANNE DUBÉ
Chef de secteur Charlesbourg/Beauport
ldube@gymqcperfo.com

ANNE-MARIE GILLIES
Chef de secteur adjoint Charlesbourg/Beauport
info@gymqcperfo.com

MAHÉE LÉGER
Chef de secteur adjoint Sainte-Foy/Haute Saint-Charles
info@gymqcperfo.com

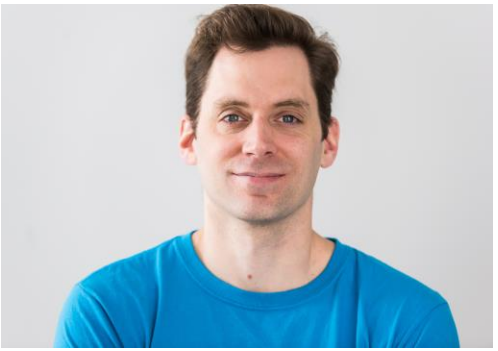
KASSANDRA DIGNARD
Coordonnatrice service aux membres
kdignard@gymqcperfo.com
581-981-1496 p.111

OLIVIER LACASSE
Chef de secteur Sainte-Foy/Haute Saint-Charles
olacasse@gymqcperfo.com

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE :
Direction et coordo communication

LÉA ZANUTO
Coordonatrice communications et événements
lzanuto@gymqcperfo.com
581-981-1496 p.106

VÉRONIQUE CARON
Directrice des opérations
vcaron@gymqcperfo.com
581-981-1496 p.104



SYLVAIN GENOIS
Directeur technique
sgenois@gymqcperfo.com
581-981-1496 p.105

MEGGHIE OUELLET-SAVARD
Directrice générale
mouelletsavard@gymqcperfo.com-
581-981-1496 p.107

DÉROULEMENT DE LA SESSION

- **10 semaines du 12 janvier au 21 mars 2024 pour tous les sites** *(Arpidrome, Cimes, Rochebelle)*
- **Pause de cours** *:* aucune
- **Semaine de reprise de cours si nécessaire** : 22 au 28 mars 2024, un cours peut être repris à n'importe quel moment durant la semaine de reprise et le site peut également être différent. À noter que s'il y a des reprises pour les cours de fin de semaine à l'Arpi, ils seront repris entre le 25 et 28 mars puisqu'il y a une compétition les 23 et 24 mars 2024
- **Code de couleurs et animaux** : envoi courriel avant le début de la session pour vous informer dans quel groupe est votre enfant. À votre arrivée, repérer la couleur ou l'animal qui correspond au groupe de votre enfant. Les effets personnels peuvent être déposés à cet endroit et l'entraineur vous y rejoindra pour le début du cours.
- **Début de cours** : veuillez attendre que l'entraineur soit entré dans le gymnase avec le groupe de votre enfant avant de quitter.
- **Mon enfant pleure, puis-je l'accompagner dans le gymnase** : les parents ne sont pas autorisés dans les gymnases (exception cours parents-enfants 18-36 mois). Le superviseur accompagnera l'enfant pour la transition.
- **Fin du cours** : l'entraîneur va reconduire l'enfant à sa couleur/animal pour s'assurer qu'un parent est présent pour l'accueillir.
- Vêtements confortables, près du corps (short, cuissard, leggings, camisole, maillot).
- La gymnastique se pratique principalement pieds nus, mais il est possible de garder ses bas. Pour le trampoline, le port des bas est obligatoire.

DÉROULEMENT DE LA SESSION

➔ **Spécification cours parents-enfants 18-36 mois**

- 1 adulte par enfant inscrit (pas de frère, soeur, cousin, ami, etc.) même s'il y a des absents dans le groupe.
- Le groupe suit le parcours indiqué par l'entraineur.
- Être disposé à suivre votre enfant dans le parcours (exemple : ne pas texter)
- Lorsque l'entraineur annonce la fin du cours, vous devez sortir du gymnaste avec votre enfant.

DÉROULEMENT DE LA SESSION

- ➔ **Raisons des ajustements et changements horaires (mesure exceptionnelle) :** disponibilités des ressources humaines et espace dans les palestres
- ➔ Remplacement des entraineurs en cours de session
- ➔ Apporter une gourde.
- ➔ Collation sans noix/arachides pour les cours de 2 h 30 et plus (11 ans et +).
- ➔ Recrutement secteur compétitif :
  - Auditions par année de naissance selon les besoins à combler dans les groupes. C'est annoncé par infolettre ou courriel par la plateforme Qidigo, Facebook et site internet.
  - Si recruté après l'audition, période d'essai de 1 mois.
  - Si vous souhaitez que votre enfant soit placé sur la liste de recrutement, simplement en informer les chefs de secteur. Vous serez ainsi avisé des auditions lorsque l'année de naissance correspondra aux besoins à combler
    - Arpidrome : Laurianne Dubé – ldube@gymqcperfo.com
    - Rochebelle : Olivier Lacasse – olacasse@gymqcperfo.com

DÉROULEMENT DE LA SESSION (suite)

➔ Un cours manqué pour une raison personnelle ***(voyage, fête d'amis, vacances, travaux routiers, maladie, funérailles, Covid, etc.)*** ne peut pas être repris ou reporté dans un autre groupe ni remboursé.

➔ En cas d'annulation pour cas de force majeur, les parents seront avisés par courriel + site Internet + Facebook.

➔ Le parent est responsable de venir porter et chercher son enfant à l'heure de fin de cours.

➔ Aucun enfant n'est laissé seul si son parent n'est pas arrivé à temps. Après 10 à 15 minutes, nous contactons les numéros d'urgence au dossier de l'enfant.

➔ Départ tardif : des frais de 20$/15 minutes sont applicables

➔ Superviseur sur place pour l'encadrement des entraîneurs et voir au bon déroulement des activités.

➔ Objets perdus :

- ***Arpidrome*** : disposé sur une table à l'accueil
- ***Rochebelle*** : disposé au bureau du surveillant
- ***École des Cimes*** : demander au superviseur ou entraineur

➔ Pour toutes questions concernant une inscription, une résiliation, etc. communiquer à la réception au **581-981-1496 poste 101** info@gymqcperfo.com

OÙ DÉPOSER MON ENFANT ?

ARPI

Étape 1 : Localiser la palestre

Arpidrome de Charlesbourg

Entrée de la palestre

Couleur ou animal : vous trouverez une affiche avec la couleur ou l'animal correspondant au groupe de votre enfant.
L'entraineur vous y rejoindra pour le début du cours.
Lorsque le cours sera commencé, vous pourrez monter à la mezzanine ou prendre place dans le corridor ou simplement revenir à la fin du cours.

OÙ DÉPOSER MON ENFANT ? ROCHEBELLE

Étape 1 : Entrer dans le complexe

Complexe Sportif de Rochebelle - Porte 5

Entrée de la palestre

Couleur ou animal :
vous trouverez une affiche avec la couleur ou l'animal correspondant au groupe de votre enfant. L'entraineur vous y rejoindra pour le début du cours. Lorsque le cours sera commencé, vous pourrez monter à l'étage.

Les parents ne sont pas tolérés dans le hall d'entrée durant les cours afin de faciliter l'accueil et la circulation des groupes tout au long de la session.

OÙ DÉPOSER MON ENFANT ?

École des Cimes

- Dirigez-vous à l'entrée du gymnase
- Déposez les effets personnels de votre enfant dans le vestiaire
- L'entraîneur viendra chercher l'enfant pour le début du cours.

GO
CANADA
GO!

Avant de terminer,

si votre enfant a des besoins particuliers,

appelez-nous ou envoyez-nous un courriel!

SERVICE DU CLUB

- Boutique : maillots, gants, tape
- Fête d’enfant
- Location gymnase
- Cours privés
- Groupes
- Secteur pré-compétitif et compétitif

Votre enfant aimerait devenir assitant-entraineur ou entraineur?

* À partir de 12 ans
* Faire parvenir à Kassandra Dignard kdignard@gymqcperfo.com une petite lettre de motivation pour nous dire en quelques mots pourquoi il aimerait faire partie de l'équipe. Important également d'y ajouter ses coordonnées pour le contacter.

CODE DE VIE

Le respect de soi

1- Donner sa présence lors de son arrivée

2- Porter des vêtements adéquats, attacher ses cheveux et retirer tous ses bijoux, pas de jupette de ballet

Le respect des autres

3- Respecter les autres participants et les entraîneurs

4- Rester avec son entraîneur et demander la permission avant de quitter le groupe (fontaine, salle de bains, vestiaires, etc.)

5- Ne pas crier

6- Marcher en tout temps

7- S'arrêter lorsque l'entraîneur mentionne que l'activité est terminée

8- Interdiction d'aller sur les appareils sans la surveillance et l'autorisation d'un entraîneur de Québec Performance

9- Ne pas apporter d'effets personnels tels que : téléphone cellulaire, iPod, lecteur mp3, jeux vidéo, etc.

CODE DE VIE

Le respect de l'environnement

10- Ne pas détruire, briser ou endommager le matériel

11- Ne pas laisser traîner ses déchets ou ses effets personnels

12- Ranger ses jeux et son matériel après utilisation

13- Aucune chaussure, nourriture et breuvage coloré n'est permis dans le gymnase

Aucun parent n'est admis à l'intérieur des palestres/gymnases.

Québec Performance
CLUB DE GYMNASTIQUE

Québec Performance

MERCI
et
BONNE SESSION GYMNIQUE !