

RENCONTRES DE DÉBUT DE SAISON



Majestic All Stars

ENTRAINEURS 2018-2019

(Selon l'équipe)

POLITIQUES D'ÉQUIPE, PRÉSENCES OBLIGATOIRES ET BÉNÉVOLAT

Voir document « Politiques d'équipe 2018-2019 », disponibles sur le site Web du club www.DrummondGym.com dans la section Cheerleading, sous l'onglet « Informations ».

TENUE VESTIMENTAIRE

Lors des entraînements, les athlètes doivent porter des vêtements adéquats à la pratique du sport. Le port des chaussures de cheerleading est obligatoire et les athlètes doivent également avoir les cheveux attachés en tout temps. Il est également important que les athlètes apportent leur gourde d'eau à chaque cours, car les sorties hors du gymnase ne seront pas permises.

CHAUSSURES DE CHEERLEADING

Les chaussures doivent être des chaussures de sport, blanches, avec lacets et des semelles d'intérieur (qui doivent être confortables pour les athlètes qui soulèveront les voltiges dans les airs).

Voici quelques boutiques où vous pourrez en trouver :

- Payless ShoeSource (St-Bruno)
- Sports Expert (Drummondville)
- Chaussure Pop (Drummondville) (il reste très peu de grandeurs)
- Kick's Athletick's (Saint-Léonard)
- N'importe quelle boutique en ligne

UNIFORMES ET ACCESSOIRES

Les uniformes et accessoires obligatoires pourront être achetés lors de la vente annuelle du club qui se tiendra le 22 septembre prochain, entre 9h et 13h. Les essayages se feront uniquement lors de cette journée. Votre présence est donc requise. Le tout sera payable sur place, lors de la commande, en argent comptant seulement. Des items usagés, ainsi que des items de notre boutique seront également en vente sur place.

Consultez le document « Nettoyage des uniformes » disponible sur le site Web du club www.DrummondGym.com dans la section Cheerleading, sous l'onglet « Informations », pour connaître les procédures à suivre pour le nettoyage des uniformes de compétitions.

RENCONTRES DE DÉBUT DE SAISON



Majestic All Stars

COMPÉTITIONS

Cette saison, toutes nos compétitions se déroulent à l'intérieur de la province. Il n'y a aucun moyen de transport de groupe prévu. Les athlètes doivent donc se rendre aux compétitions par eux-mêmes. Le covoiturage est toujours possible : servez-vous des groupes Facebook mis en place pour vous aider !

Nous recevons toujours les horaires et détails des compétitions une semaine à l'avance. Pour chaque compétition, un

document sera publié dans les groupes Facebook dès que nous recevrons les derniers détails. Nous dévoilerons toujours ces informations en un seul document, pour éviter de disperser les informations. Ce document est exhaustif. Il contiendra donc toutes les informations que vous devrez connaître en lien avec les différentes compétitions.

Les athlètes doivent se vêtir de leur uniforme, se coiffer et se maquiller AVANT le départ pour les compétitions. Il n'y aura aucun temps de préparation sur place. Une fois arrivé au point de rencontre, les athlètes rejoindront leurs entraîneurs dans la Zone athlète et les parents quitteront pour rejoindre la Zone spectateur. Les athlètes seront invités à déposer leurs effets personnels dans l'espace prévu à cet effet et seront dirigés vers la Zone d'échauffement, puis la Zone de performance. Il faudra attendre jusqu'à la remise des prix avant de quitter les lieux de compétition. Une fois la journée terminée, nous organisons régulièrement un souper d'équipe pour célébrer l'événement, lorsque c'est possible de le faire. Les informations concernant les soupers d'équipe seront également incluses au document qui vous sera remis dans la semaine précédant la compétition.

En compétition, le vernis à ongles, les bijoux de tous types et les bobépinés sont STRICTEMENT interdits par la Fédération de Cheerleading du Québec, par mesure de sécurité. Il faut également éviter de voir les bretelles de soutien-gorge, lorsque l'uniforme de compétition est porté. Il est donc recommandé de porter des soutiens-gorge sans bretelles, ou à bretelles transparentes.

MAQUILLAGE ET COIFFURE

Le maquillage et la coiffure sont obligatoires pour toutes les compétitions et spectacles. Consultez les documents prévus à cet effet, disponibles sur le site Web du club www.DrummondGym.com dans la section Cheerleading, sous l'onglet « Informations ».

DATES IMPORTANTES

Voir document « Calendrier 2018-2019 » disponible sur le site Web du club www.DrummondGym.com dans la section Cheerleading, sous l'onglet « Informations ». Celui-ci sera mis à jour régulièrement.

BLESSURES

Lors des entraînements et compétitions, nous nous assurons toujours de la sécurité de nos athlètes. Toutefois, le cheerleading étant un sport de contact assez risqué, il peut arriver que des athlètes reçoivent des coups ou exécutent de faux mouvements qui peuvent mener à des blessures internes ou externes. Pour la santé et la croissance adéquate de votre jeune, nous vous

RENCONTRES DE DÉBUT DE SAISON



Majestic All Stars

demandons d'effectuer un suivi assez strict sur les blessures qui pourraient survenir au cours de la saison. N'hésitez pas à consulter un spécialiste (chiropraticien, physiothérapeute, etc.) si votre enfant se plaint de douleurs persistantes.

ENTRAINEMENTS THÉMATIQUES

Une fois par mois, les athlètes auront la chance de vivre un entraînement thématique ! Les thématiques seront annoncées au début de chaque mois, ainsi que la date précise de la tenue de l'événement pour chaque groupe. Les athlètes seront invités à se déguiser et à participer activement aux thématiques pour remporter certains concours. Un échauffement spécial et un concept thématique accompagneront également chaque entraînement spécial !

ATHLÈTE DE LA SEMAINE

Toutes les semaines, nous sélectionnerons un(e) athlète émérite parmi tous les groupes qui sera désigné « Athlète de la semaine ». Cela paraîtra sur notre page Facebook, ainsi que sur le babillard face à l'entrée du gymnase.

ACTIVITÉS

Cette saison, nous avons mis en place une activité pour chaque période saisonnière. Ces activités ne sont pas obligatoires, mais fortement recommandées ! En effet, elles permettent de renforcer l'esprit d'équipe, un élément très important en cheerleading ! Ces événements sont ouverts à toute la famille !

Automne 2018 : Cueillette de pommes

Hiver 2019 : Patinage, glissades et chocolat chaud

Printemps 2019 : Crème glacée !

ÉVÉNEMENTS MAJEURS

SOIRÉE DE NOËL

Pour célébrer le congé des Fêtes, nous organisons une Soirée de Noël où les athlètes pourront se réunir et participer à des activités, tout en démontrant leurs acquis de mi-saison ! Surveillez notre calendrier, la date exacte reste à venir !

SPECTACLE ANNUEL

Cette année, le spectacle annuel se tiendra le 25 mai 2019. Une générale obligatoire aura lieu le 24 mai, en soirée. Tous les groupes participent au spectacle. Les détails concernant cet événement vous seront transmis au début du mois de mai.

GALA DE FIN DE SAISON

Cette soirée familiale de style « banquet » est l'occasion pour nous de souligner les efforts et l'implication de chaque athlète, au courant de la saison. C'est aussi la dernière fois de la saison où les membres de Majestic All Stars seront réunis ! Les athlètes pourront profiter de cette occasion festive pour s'amuser une dernière fois avec leurs coéquipiers/ères et leurs

RENCONTRES DE DÉBUT DE SAISON



Majestic All Stars

entraîneurs, avant le long congé d'été! Au cours de la soirée, les invités pourront profiter de : souper, remises de prix, tirages, défis, prise de photos, animation, dévoilements spéciaux, *after party* et plus encore! Vous recevrez une invitation officielle en fin de saison.

COMMUNICATION

Il est important de faire une demande d'abonnement au groupe Facebook « MAS 18-19 ». C'est sur ce groupe que nous diffuserons tous les messages et les rappels importants. Assurez-vous de le consulter régulièrement pour ne rien manquer.

Tout au long de la saison, vous recevrez les informations importantes **UNIQUEMENT** par ce groupe. Nous ne transmettrons plus de messages au format papier. Abonnez-vous aussi à notre page Facebook pour ne rien manquer !

En tout temps pendant la saison, si vous avez des questions, n'hésitez pas à vous rendre sur notre page Facebook pour nous contacter en message privé, nous écrire via le groupe « MAS 18-19 » ou nous joindre par courriel à l'adresse suivante : MajesticAllStars@drummondgym.com

PAIEMENTS

En tout temps pendant la saison, si vous avez un paiement à effectuer auprès d'un entraîneur, veuillez glisser les sous dans une enveloppe identifiée au nom de l'athlète et remettre cette enveloppe en mains propres à l'entraîneur de votre enfant.

Bonne saison!
Vos entraîneurs