



# SPORT-ÉTUDES

*Document d'information*

# PROGRAMME

## *Présentation du programme*

Spirit offre aux élèves-athlètes la chance de pouvoir évoluer au sein du programme sport-études cheerleading pour les élèves de la 5<sup>e</sup> année du primaire jusqu'au 5<sup>e</sup> secondaire. Le programme est disponible à la Polyvalente Nicolas-Gatineau, l'école secondaire Mont-Bleu ainsi qu'à l'école primaire du Dôme.



## *Définition du programme*

Ce programme s'adresse aux athlètes avec expérience qui désirent concilier le cheerleading et les études. Les athlètes suivent leurs cours académiques en avant-midi et s'entraînent en cheerleading durant les après-midis. Durant leur parcours, les athlètes du programme auront des cours de gymnastique, de danse, de saines habitudes de vie, de techniques et règlements du cheerleading, de montées et pyramides, de cardio, de musculation et de flexibilité, et plusieurs autres encore. Chaque année, Spirit Cheer 07 s'engage à innover et diversifier les cours offerts aux athlètes du sport-études.

Afin de permettre aux athlètes d'évoluer au niveau compétitif, chaque athlète du programme sport-études est classé dans l'une de nos équipes pré-compétitives, compétitives ou élites. Le classement de l'athlète se fait selon plusieurs critères soit son âge et ses habiletés en stunts, danse et tumbling afin d'assurer un développement optimal durant l'année. Cette équipe participera à un minimum de deux compétitions pendant la saison.

Nous désirons que chaque athlète connaisse le succès. Notre équipe d'entraîneurs travaille extrêmement fort afin de bâtir des équipes performantes où chaque athlète vit la meilleure expérience.



# HORAIRE

## Entraînements sport-études

Le programme sport-études a deux volets : les entraînements en après-midi où tous les athlètes pratiquent ensemble et les entraînements avec l'équipe pré-compétitive, compétitive ou élite où l'athlète pourra évoluer dans une équipe avec des coéquipiers de son âge et de son niveau. Voici un exemple d'horaire typique en après-midi :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Cours Académique	Cours Académique	Cours Académique	Cours Académique	Cours Académique		
DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER	DINER
13h15-14h30 Éducatif de tumbling	13h15-14h30 Danse et transition	13h15-14h30 Tumbling	13h15-14h30 Apprenti coach	Période d'études NG: École MB: Retour à la maison		Équipe compétitive 9h-12h
14h30-14h45 PAUSE	14h30-14h45 PAUSE	14h30-14h45 PAUSE	14h30-14h45 PAUSE			
14h45-16h Stunt et Pyramide 16h-16h30 Sauts	14h45-16h Création 16h-16h30 Muscu & Flexibilité	14h45-16h30 Période d'études au gym	14h45-16h30 Création de contenu multi-média			
Entraîneur: Amélia	Entraîneur: Myriam Équipe compétitive 17h30-19h	Entraîneur: Caroline	Entraîneur: Caroline			

À chaque année, cet horaire est revisité. Les blocs d'heure restent habituellement les mêmes, mais les entraîneurs et les matières données peuvent changer.

# BULLETIN

## Évaluation

Tous les athlètes recevront une note au bulletin pour leur programme sport-études puisque celui-ci fait partie de leur cheminement académique. Le premier bulletin est de septembre à la mi-novembre, le deuxième bulletin de la mi-novembre à la mi-février et le troisième bulletin est de la mi-février jusqu'à la fin de l'année scolaire. Dans le bulletin scolaire, l'athlète reçoit une note globale de tous ses cours de cheerleading. Spirit s'engage à vous remettre un bulletin détaillé avec la note pour chacun des cours, puisqu'ils seront évalués séparément par l'entraîneur en charge. Voici sur quoi l'athlète sera évalué :

- 🦋 Son évolution/amélioration
- 🦋 Sa technique
- 🦋 Sa participation

Veuillez prendre note que les absences répétées peuvent avoir une incidence sur le résultat plus particulièrement si l'athlète manque toujours le même cours. Nos entraîneurs doivent être en mesure d'évaluer tous les athlètes, il est donc primordial d'assister à tous les cours afin d'être noté.

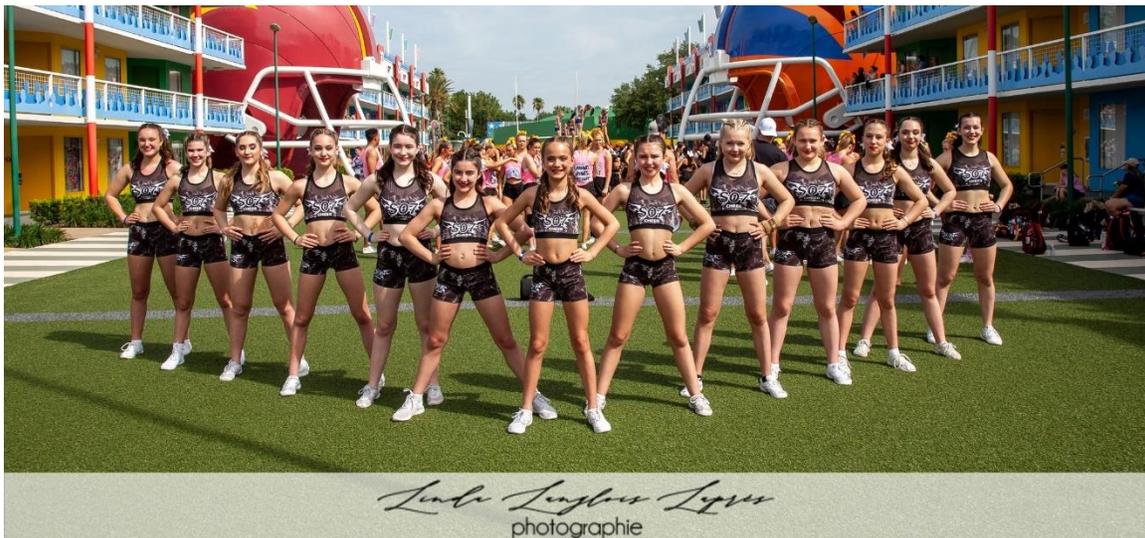
# TRANSPORT

## *Entraînements en apres-midi*

Voici les informations concernant le transport de l'école vers le Spirit Cheer Gym :

- ✎ Pour l'école primaire du Dôme, il est possible de marcher pour se rendre au gym (avec autorisation du parent) puisque l'école et le gym sont dans le même quartier. Sinon, il est possible qu'un autobus récupère l'enfant à 12h20 et le débarque directement au gym (des frais supplémentaires s'ajouteront).
- ✎ Pour l'école secondaire Mont-Bleu, tous les élèves reçoivent une passe de la STO avec leur inscription à l'école puisqu'il n'y a pas d'autobus scolaire à cette école. Les élèves prennent donc le transport de la STO (Ligne 33) pour se rendre directement au gym. Tous les élèves voyagent ensemble.
- ✎ Pour la Polyvalente Nicolas-Gatineau, cette année, en raison de la hausse des coûts des autobus scolaires, les élèves voyageront en autobus de la STO. Tous les élèves voyagent ensemble. Il n'y a qu'un seul transfert sur le trajet. À noter que les élèves devront donc se procurer une passe/carte électronique de la STO.

Veillez prendre note que les parents doivent aller chercher leur enfant à la fin des entraînements sport-études sauf si l'athlète a sa pratique d'équipe compétitive cette même soirée-là. Les athlètes qui restent au gym entre leur entraînement de sport-études et leur pratique pourront souper au gym. Si leur pratique est plus tard en soirée, ils peuvent rester au gym en attente et faire leurs devoirs. Ils ne sont pas autorisés à faire du tumbling ou autre activité physique. Ils doivent rester calme et ne peuvent pas déranger les pratiques en cours.



# INFO SUPPLÉMENTAIRE

## Présence et comportement aux entraînements



### Présence

- ✧ La présence aux entraînements, compétitions et événements est obligatoire.
- ✧ Dans le cas d'une absence prévue, l'Athlète doit informer Spirit Cheer 07 et l'école, 48 heures avant l'entraînement par courriel. **Veillez prendre note que l'école ne nous avise pas de l'absence des élèves.** Il est donc de la responsabilité du parent de motiver aux deux endroits.
- ✧ Si vous devez prendre un rendez-vous médical, nous vous demandons de le faire durant une période d'études.
- ✧ Dans le cas d'une absence pour cause de maladie, l'Athlète doit informer Spirit Cheer 07 et l'école avant l'entraînement, et ce, le plus tôt possible par courriel.
- ✧ Dans le cas où un athlète a une récupération avec un enseignant, c'est l'enseignant qui doit motiver l'absence de l'élève soit par courriel, soit par une feuille à signer.
- ✧ Dans le cas d'une blessure, l'Athlète doit tout de même se présenter à l'entraînement afin de suivre le cheminement de l'équipe et de prendre connaissance des consignes données par les entraîneurs.
- ✧ Dans le cas où un athlète ne se présenterait pas à son sport sans motivation, l'équipe de Spirit s'engage à en informer le parent par téléphone.

### Attitude et attentes

- ✧ L'Athlète est prêt à travailler fort et à se surpasser dans le but d'atteindre l'excellence.
- ✧ L'Athlète comprend qu'être dans un programme Spirit Cheer 07 est un privilège.
- ✧ Les deux (2) dernières pratiques avant une compétition ou un événement sont obligatoires pour pouvoir participer à la compétition ou à l'événement.
- ✧ L'Athlète doit être à l'heure et prêt pour sa pratique. Si l'Athlète arrive à plusieurs reprises en retard ou accumule les absences, celui-ci peut se voir retirer du programme.
- ✧ L'Athlète Spirit Cheer 07 doit être un exemple en tout temps et doit faire le nécessaire pour atteindre son/ses objectifs personnels et d'équipe.

# TRYOUTS

## Processus de sélection



### Tryouts pour le programme sport-études

Les auditions pour l'année scolaire suivante ont toujours lieu en octobre. À la suite de ce tryouts, le club vous mentionnera si votre enfant est accepté, refusé ou sur une liste d'attente au niveau sportif. Dans le cas où un athlète est accepté, il recevra un formulaire d'inscription qu'il devra remettre à son école de prédilection. Une fois tous les dossiers analysés par l'école, c'est à ce moment-là seulement que vous recevrez la réponse finale, à savoir si votre enfant est accepté au sein du programme sport-études cheerleading. Si votre enfant est sur une liste d'attente avec l'école, cela signifie que vous devrez attendre qu'une place se libère au sein du programme (tout sport confondu). Veuillez svp prendre connaissance des dates et informations d'admission de l'école désirée.

\* À noter que les athlètes qui sont membre du club n'ont pas d'audition à faire puisqu'ils seront évalués par leur entraîneur.

### Tryouts pour l'équipe compétitive

Une fois que l'élève est officiellement accepté au programme, il devra faire un 2<sup>e</sup> tryouts au mois de mai-juin suivant afin d'être classé dans l'une de nos équipes pré-compétitives, compétitives ou élites.

**Pourquoi une évaluation ?** Les évaluations permettent de classer les athlètes selon leur âge et leurs habiletés en stunts, danse et tumbling afin d'assurer un développement adéquat de l'athlète durant l'année. Nos entraîneurs travaillent d'arrache-pied afin de développer les athlètes et de former des équipes performantes afin que chaque athlète connaisse le succès.

Tu as manqué nos évaluations? Écris-nous pour un tryouts privé à [info@cheer07.com](mailto:info@cheer07.com).

# ÉQUIPES COMPÉTITIVES

*Programme pré-compétitif, compétitif et elite*

Spirit Cheer 07 est le club offrant le plus grand nombre de programmes en Outaouais. Avec ou sans expérience, tous les athlètes trouveront un programme adapté à leurs habiletés et leur permettant de se développer à leur plein potentiel dans un environnement amusant.



JOINS-TOI À NOTRE GRANDE FAMILLE!

*Là où les rêves se réalisent...*

## Introduction à la compétition

Nous offrons un programme « Introduction à la compétition » (4 à 6 ans / 19 ans et plus) pour les athlètes qui désirent faire leur entrée dans le monde compétitif du cheerleading. Les athlètes auront la chance de participer à 2 spectacles et à 2 compétitions.

## Pré-compétitif

Nous offrons un programme pré-compétitif (5 ans et plus) pour les athlètes désirant apprendre tous les aspects du cheerleading, soit le tumbling, la danse et les stunts, tout en travaillant sur une chorégraphie de niveau compétitive. Ce programme est un excellent tremplin vers les programmes compétitifs. Les athlètes participeront à 2 compétitions et 2 spectacles.

## Compétitif

Nous offrons un programme compétitif (5 ans et plus) pour les athlètes qui désirent s'investir dans le sport. L'objectif de ces équipes est de développer les athlètes à leur plein potentiel. Nos formidables entraîneurs travaillent dans le but de former des enfants dévoués, des athlètes complets, des champions.

## Élite

Spirit offre un programme compétitif élite (12 ans et plus) pour les athlètes qui désirent pousser leur passion à un niveau supérieur. Les équipes du programme compétitionnent au niveau international. Pour une deuxième année, nous sommes fiers d'avoir une équipe WORLDS qui participera au Championnat du Monde à Orlando. Les athlètes de ce programme devront s'investir dans le sport et avoir une excellente discipline personnelle. Nos entraîneurs qualifiés et certifiés travaillent avec les athlètes dans le but d'atteindre le meilleur de leurs habiletés et d'obtenir la perfection.

# FRAIS D'INSCRIPTION

## *Sport-études Cheerleading*

Programmes	Modalité de paiements		
	OPTION #1 1 versement	OPTION #2 5 versements	OPTION #3 10 versements
Précompétitif 3h/semaine (2h cheer + 1h tumbling) De juillet à avril Niveau provincial	2300\$	470\$ x 5	240\$ x 10
Compétitif et compétitif espoir 4.5h/semaine (3.5h cheer + 1h tumbling) De juillet à avril Niveau provincial & National			
Compétitif Élite THE ONE 5.5h/semaine (4.5h cheer + 1h tumbling) De juillet à avril Niveau international	2730\$	556\$ x 5	283 x 10
Compétitif Élite WORLDS 6h/semaine (5h cheer + 1h tumbling) De juillet à avril Niveau internationa			

\*Prendre note que les taxes ne sont pas incluses

### *Frais d'inscription*

**Les frais d'inscription incluent** la location du gymnase, les frais d'entraînements en après-midi, l'accès à tous les open gym de la saison ainsi que l'accréditation à la Fédération de Cheerleading du Québec. À noter que les frais d'inscription pour l'équipe compétitive sont gratuits, vous ne serez ni chargé ni remboursé pour l'équipe compétitive.

**Les frais d'inscription excluent** la trousse de compétition, les frais de compétition, les frais de transport, l'uniforme de compétition ainsi que le transport, hébergement et repas durant les événements. Si l'athlète fait partie d'une équipe élite (5.5h ou 6h/semaine), le camp de chorégraphie et des frais supplémentaires sont applicables.

### *Frais de compétition*

Les frais de compétition seront ajoutés à la facture lors de votre achat. Pour la saison 2022-2023, les frais de compétition pour les équipes pré-compétitives sont de 160\$, pour les équipes compétitives elles sont de 360\$, pour les équipes élites THE ONE elles sont de 590\$ et pour l'équipe élite WORLDS elles sont de 640\$. À noter que les frais de la compétition Nationals Championship, THE ONE Finals ainsi que les Worlds ne sont pas inclus.

# INFO SUPPLÉMENTAIRE

*Programme pré-compétitif, compétitif et élite*



## *Uniforme de compétition*

Les uniformes de compétition ne sont pas inclus dans les frais d'inscription. Voici les coûts approximatifs: Introduction à la compétition (100\$), pré-compétitif et compétitif (300-325\$), compétitif élite (360\$). Payable en date du 1<sup>er</sup> octobre 2023.

## *Trousse de compétition*

La trousse de compétition sera ajoutée à la facture lors de votre achat. Pour les équipes pré-compétitives, compétitives et élites, elle contient une *sport bra*, accessoire à cheveux et maquillage de compétition, chandail de pratique, veste de compétition et un sac Spirit. Le coût est de 199\$. Pour les équipes dans le programme introduction à la compétition, il s'agit de la même trousse mais sans la *sport bra* et sans la veste de compétition au coût de 89\$.

## *Camp de chorégraphie*

Toutes les équipes introduction à la compétition, pré-compétitives et compétitives auront un camp de chorégraphie offert par l'équipe Spirit Cheer 07. Ceci est inclus dans les frais d'inscription. Toutes les équipes élites auront un camp de chorégraphie avec des chorégraphes externes. Des frais supplémentaires s'appliqueront pour ce programme. Nous ferons une levée de fonds pour aider à payer les frais.

## *Paiements*

Nous offrons 3 options de paiements. Si vous sélectionnez l'option 2 ou 3, les prélèvements se feront à tous les 15 du mois suivant le mois de votre inscription.

## *Levées de fonds*

Spirit s'engage à offrir différentes levées de fonds afin d'aider nos membres à payer leur frais pour la saison.

## *Crossover*

Crossover est le terme utilisé pour un athlète faisant partie d'une deuxième équipe. Les frais d'inscription sont gratuits pour la deuxième équipe. Seuls les frais de compétitions et d'uniforme sont à payer.

## *Rabais sur les frais d'inscription*

- ✧ Rabais de 50\$ si vous vous inscrivez avant le 20 juin 2023
- ✧ Rabais de 100\$ si vous faites un seul versement ou de 50\$ si vous sélectionnez l'option de 5 versements.
- ✧ Rabais de 100\$ pour un membre supplémentaire de la même famille (qui habite sous le même toit).
- ✧ Rabais de 25\$ pour une référence. Vous connaissez quelqu'un qui aimerait faire partie d'une équipe Spirit? Nous offrons un crédit de référence de 25\$ sur votre compte lorsque l'inscription de votre ami est terminée et qu'il fait officiellement partie de l'équipe.
- ✧ Rabais pour les garçons. Pour développer nos programmes mixtes, les garçons/hommes bénéficieront d'un rabais! Contactez-nous pour en savoir davantage.

# NATIONALS NIAGARA

## *Information supplémentaire*

À noter que seules les équipes Espoir participeront au National Championship. Les frais pour cette compétition sont approximativement de 300\$. Ceci inclut tous les frais liés aux entraîneurs et les frais de compétition. Veuillez prendre note que ces frais sont approximatifs. Nous ferons des levées de fonds afin de réduire les coûts pour les athlètes.

# THE ONE FINALS

## *Information supplémentaire*

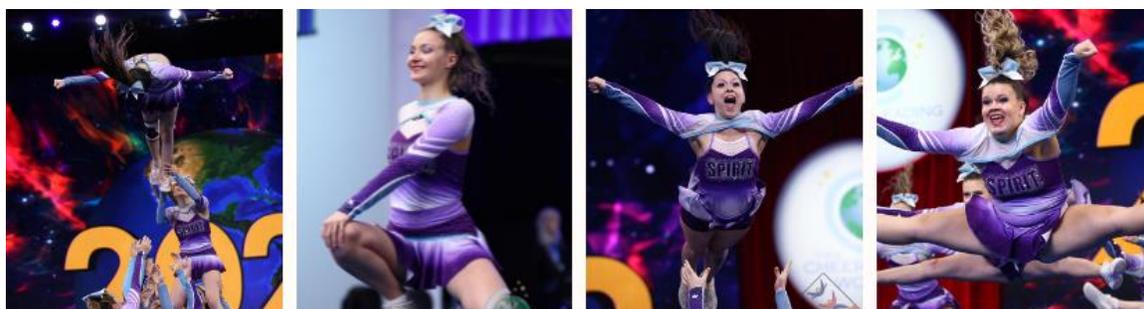
Les frais pour la compétition THE ONE Finals sont approximativement de 800\$. Ceci inclut tous les frais liés aux entraîneurs, le transport entre l'hôtel et le site de compétition pour les athlètes et les entraîneurs, les frais de compétition ainsi qu'une trousse surprise pour les athlètes. Ces frais excluent le billet d'avion et l'hébergement des athlètes. Veuillez prendre note que ces frais sont approximatifs. Nous ferons des levées de fonds afin de réduire les coûts pour les athlètes.



# WORLDS

## Information supplémentaire

Cette équipe tentera de remporter un laissez-passer afin de participer au Championnat du monde de Cheerleading qui aura lieu à Orlando en avril prochain. Les frais pour la compétition WORLDS sont approximativement de 2000\$. Ceci inclut tous les frais liés aux entraîneurs, le transport entre l'hôtel et le site de compétition pour les athlètes et les entraîneurs, les frais de compétition, l'hébergement des athlètes ainsi qu'une trousse surprise pour les athlètes. Ces frais excluent le billet d'avion et la nourriture. Veuillez prendre note que ces frais sont approximatifs. Nous ferons des levées de fonds afin de réduire les coûts pour les athlètes.



Qu'est-ce que l'expérience WORLDS chez Spirit?

- ✧ Une compétition et une expérience inoubliable
- ✧ Des pratiques sur le football field de Disney auprès des plus grandes équipes du monde
- ✧ Une séance photos avec une photographe professionnelle
- ✧ 5 nuitées directement sur le Resort de Disney
- ✧ 3 jours d'accès aux sites de Walt Disney
- ✧ Célébration de clôture de 22h à 2h am sur l'un des sites de Disney
- ✧ Une trousse remplie de surprises Spirit!

Mais c'est bien plus que ça, c'est tout simplement la réalisation d'un rêve! 💜  
Feras-tu partie de l'équipe WORLDS Spirit cette année ?



# FONDS D'AIDE SPIRIT

## Information supplémentaire

Spirit Cheer 07 est fière d'avoir mis sur pied le *Fonds d'aide Spirit Cheer 07* afin de permettre aux familles qui ont besoin d'une assistance financière de participer aux activités récréatives ou compétitives du club de cheerleading Spirit Cheer 07. Le cheerleading est un sport qui se développe à une vitesse fulgurante dans notre région et qui gagne en popularité. Malheureusement, plusieurs jeunes n'ont pas les moyens financiers pour pratiquer leur sport.

Notre objectif est donc d'amasser des fonds et de les donner sous forme de bourses aux athlètes qui ont besoin d'une assistance financière et qui désirent s'inscrire à un programme de Spirit Cheer 07. Ces bourses leur permettront de payer en partie ou en totalité leur frais d'inscription, de compétitions ou encore, leur uniforme de compétition.

Si vous désirez appliquer pour une demande d'aide financière, simplement nous envoyer un courriel afin de recevoir le formulaire.

De plus, afin d'amasser des fonds, Spirit Cheer 07 est à la recherche de commandites destinées uniquement à être remis aux athlètes ayant fait une demande d'aide financière. Nous ferons également quelques levées de fonds dont une friperie de vêtements de sport. Vous êtes ainsi invités à donner des vêtements de sport pour enfants et adultes qui trainent peut-être dans votre garde-robe ou encore des souliers de cheerleading. La totalité des fonds amassés sera destinée au Fonds d'aide Spirit Cheer 07.

Merci de votre implication dans ce beau projet qui aidera nos jeunes à pouvoir participer à leur sport.

Pour toute information supplémentaire ou pour recevoir le plan de commandite, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

*L'équipe Spirit*

