



## **NOS JEUNES TALENTS.....**

Lors de l'activité, tenue en octobre dernier pour nos jeunes talents, nous avons été en mesure de constater que TOUS : patineurs, entraîneurs et parents sont maintenant prêts pour amorcer une nouvelle approche à l'entraînement.

TOUS les jeunes, sourire aux lèvres, ont démontré une approche positive pour tenter des nouvelles choses, soit sur glace ou en salle afin de parfaire leurs connaissances et de pousser les limites.

Un travail particulier sur glace a été fait sur la carre du Lutz. Quel élément important !

Les jeunes ont apprécié pouvoir démontrer les diverses positions possible dans les arabesques et pirouettes.

Que ce soit en salle ou sur la glace, l'équilibre et le contrôle du corps ont reçu l'attention qu'ils méritent.

Vitesse et amusement ont terminé les sessions sur glace, toujours important, dans le développement de nos jeunes patineurs. Travail en groupe, circuits amusants qui développent des habiletés de base, jumelés avec musique et enthousiasme...une recette gagnante!

Voici quelques commentaires qui témoignent du succès de la journée...

*« ...on a fait beaucoup de Lutz et de double Lutz en tenant un ballon dans nos bras et on a travaillé aussi la carre intérieure et extérieure....au cours d'expression, il fallait se mettre en équipe de deux et faire monter notre humeur de un à dix (bonheur, colère et tristesse)... un psychologue nous a montré qui était Réal (Réal pour réalisation) il nous a donné plein de trucs pour nous aider à ne pas être stressés (requin, éléphant et le cerceau). » ...RACHEL*

*« ....J'ai bien aimé le séminaire de patinage artistique. Je m'amusais beaucoup sur la glace. Tout le monde a eu beaucoup de plaisir. J'espère bien d'assister au séminaire l'an prochain.".* GEORGES

*« ....Séminaire Jeune Talent : WOW ! »...une maman*

Les jeunes patineurs ont su profiter de l'expérience de plusieurs intervenants réunis, afin de leur permettre d'être conscientisés sur l'importance de la préparation. Que ce soit sur la glace ou hors-glace, la préparation est nécessaire à parfaire leur talent et le développer pour le futur.

Si on se fie au travail fait par nos entraîneurs avec ces jeunes, nous allons vivre de bons moments et de bonnes performances dans l'avenir. Il faut laisser le temps et nos entraîneurs faire le travail....**L'AVENIR EST À EUX!**

**Joanne Godin**  
**Entraîneur Expert Volet 1-2**