

Depuis onze ans, le patinage artistique est à l'honneur. Durant deux semaines, du 18 au 22 Juillet et du 25 au 29 Juillet 2011, la patinoire des Coches accueillera des patineurs confirmés. Ces deux stages viennent en complément des stages de loisirs et de perfectionnement pour tout âge organisés tout au long de l'été.

## Professeurs

Nathalie COCCHI et Catherine TRENCHARD professeurs de patinage artistique diplômées d'Etat, Championnes de France de patinage synchronisé, plusieurs fois sélectionnées en Championnat de France.

## Rythme

Semraïne du 18 au 22 Juillet ou du 25 au 29 Juillet 2011. 5 jours de stage, du dimanche au vendredi et préparation au spectacle qui aura lieu au cours du stage. Des séances d'entraînement au sol et de préparation physique seront organisées au long de la semaine. Un pot de l'amitié clôturera le stage.

## Programme quotidien

- travail de la glisse, des attitudes, suite de pas.
- travail chorégraphique
- fiabilisation des pirouettes et des sauts acquis, apprentissage de nouveaux éléments techniques.
- enchaînement et combinaison de sauts.
- PPG et PPS (préparation physique générale et spécifique).
- préparation du spectacle de la semaine.
- activités sportives diverses suivant disponibilités (piscine, randonnée, acro bungee, parc de loisirs rafting, tir à l'arc...) avec ou sans participation.

## Niveau requis

Ces stages s'adressent aux pratiquants des sports de glisse novices, ainsi qu'aux passionnés maîtrisant les principes fondamentaux du patinage : prise de carre, équilibre, retournement, pirouettes, petits sauts...

## Assurance

L'organisateur est couvert par une assurance responsabilité civile professionnelle.

Les stagiaires doivent avoir une assurance multirisque personnelle et doivent présenter un certificat médical d'aptitude à la pratique des sports de glace.

## Matériel

Les stages se déroulent sur la patinoire des Coches. Des patins de location peuvent être fournis mais il est préférable de posséder sa propre paire de patins, ses gants et une tenue de sport adaptée.

## Tarif

180€ une semaine  
330€ les deux semaines.  
La totalité de la somme demandée à l'inscription.

## Attention

Stages à partir de 6 ans. Le nombre de places est limité. Les activités auront lieu sous réserve de modifications (notamment dues aux conditions climatiques, au niveau des élèves...). Le programme fourni n'est que prévisionnel.

# 11<sup>ème</sup> Académie de Patinage Artistique Montchavin Les Coches du 18 au 29 Juillet 2011

A côté du stage  
une semaine de vacances  
dans une station des Alpes...



Entre 1250 et 1450 m d'altitude, à l'écart de la forêt et à proximité immédiate de la vallée, Montchavin Les Coches, station du domaine de la Plagne (Tarentaise - Savoie) propose à ses estivants une incroyable palette d'activités sportives ou de loisirs et de nombreuses infrastructures de qualité : patinoire, chapiteau et Ecole de Cirque, bike park, remise en forme, arts créatifs, tir à l'arc, bureau des guides et accompagnateurs, balades en VTT, clubs pour les enfants à partir de 9 mois, club ados, etc...

Côté animation : une salle de cinéma, restaurants, bars-pubs de nuit, discothèque, programme hebdomadaire d'animation de la station disponible sur place.

Nom

Prénom

Adresse

CP

Ville

Niveau

Pratique occasionnelle

Depuis

an(s) Médailles, tests obtenus

Licencié FFSG, le cas échéant numéro de licence

Stage

du 18/07 au 22/07/11 180 € du 25/07 au 29/07/11 180 €

du 18/07 au 22/07/11 et du 25/07 au 29/07/11 330 €

**Autorisation parentale**  
(Pour les stagiaires mineurs)

Je soussigné, .....  
....., autorise mon enfant  
..... à effectuer la  
11<sup>ème</sup> Académie de Patinage  
Artistique, du ...../..... au  
...../...../2011.

J'accepte les clauses du règlement  
figurant sur le dossier d'inscription  
et je joins un certificat médical  
de non contre-indication à la  
pratique des sports de glace. Mon  
enfant est garanti par  
(nom et type d'assurance)

Fait à .....  
le .....  
Signature

Renseignements auprès de la Centrale de Réserve de Montchavin au 04 79 07 82 82 ou sur notre  
Site Internet [www.montchavin-lescoches.com](http://www.montchavin-lescoches.com)

Ci-joint un chèque de :

à l'ordre de l'Office de Tourisme et à renvoyer à :

Académie de Patinage, Office de Tourisme de Montchavin-73210 Bellentre