



Document d'informations

Saison 2018-2019

Session Hiver 2019

Paradox Cheer Elite

Programme Ninjas



Qui sommes-nous ?

Paradox Cheer Elite est un rêve qui devient réalité !

Paradox Cheer Elite (PCE) a été créé dans le but de poursuivre le développement et la promotion du cheerleading au niveau civil à Saint-Félicien. Nous voulons permettre aux membres du club de développer de saines habitudes de vie et de réaliser l'importance, pour la santé, de rester actif.

De plus, sont offerts des services complémentaires à ceux déjà offerts par la Commission scolaire. En effet, PCE possède des équipements diversifiés et des entraîneurs qualifiés qui sont centralisés à Saint-Félicien et qui permettent aux athlètes du territoire d'en bénéficier.

Pour la saison 2018-2019, Paradox Cheer Elite offre des cours de cheerleading compétitif, de gymnastique au sol, d'initiation acrobatique ainsi que de ninjas.

Le **cheerleading compétitif** est un sport qui permet de travailler différentes habiletés, tels que la force musculaire, l'endurance et la flexibilité dans un environnement dynamique et énergique.

Le **tumbling** permet aux athlètes de 5 ans et plus de développer et/ou perfectionner leurs éléments individuels et ce, pour les niveaux de 1 à 4.

L'**initiation acrobatique** permet aux enfants âgés de 18 mois à 4 ans (accompagnés d'un adulte) de développer leur motricité globale tout en s'amusant! Graduellement, ils se familiariseront au monde du sport et de l'activité physique.

Le **cours de ninjas** permet aux petites boules d'énergie, de 5 à 8 ans, de venir dépenser leur surplus en développant leurs habiletés! Sous forme de parcours et d'activités ludiques s'inspirant de la gymnastique au sol, les jeunes évolueront en toute sécurité.

Bienvenue dans notre PARADOX !



Les Ninjas... c'est quoi??

Nous voulons tous le meilleur pour nos enfants...

Ayant nous-mêmes des enfants, nous recherchions un programme adapté leur permettant de bouger et de dépenser leur énergie dans un encadrement sécuritaire. Nous souhaitions aussi un programme qui donnerait aux enfants les compétences et la confiance nécessaires pour continuer à apprendre et à se développer.

C'est ainsi que le programme Ninja a vu le jour!

Utilisant des parcours variés et des activités ludiques et stimulantes, le programme Ninja permet un développement moteur optimal de votre enfant.

Le programme Ninja combine:

- La coordination de la gymnastique
- La force et l'agilité de parcours d'obstacles
- La créativité du mouvement freestyle

Les enfants apprennent une combinaison de flips, de roulade, de sauts et de coups de pied. La force et l'agilité sont testées à travers des parcours d'obstacles et diverses techniques d'entraînement.

La progression d'un enfant est déterminée par son propre rythme, lui donnant les outils pour façonner sa propre expérience.

Nos valeurs :

**Paradox est synonyme de
PASSION, PERFORMANCE, PRATIQUE SÉCURITAIRE et PLAISIR !**



Horaire hebdomadaire

Niveau	Âge	Jour	Heure	Lieu
Débutant	4-5-6 ans	Samedi	10h40 à 11h25	Gymnase Ste-Monique
	7-8-9 ans		11h30 à 12h15	
Niveau 1	5-6-7 ans	Dimanche	10h40 à 11h25	
	8-9-10 ans		11h30 à 12h15	

Débutant : conseillé pour un jeune n'ayant jamais suivi de cours de ninjas

Niveau 1 : conseillé pour un jeune ayant suivi le niveau débutant à l'automne 2018

N.B Il est possible que le niveau du jeune soit révisé après le premier cours.



Frais et méthode de paiement

80 \$ par session de 8 cours

Ces frais incluent :

- Entraînement hebdomadaire
- Entraîneurs qualifiés
- Assurances

Ces frais n'incluent pas :

- Le costume (tenue de sport)

Méthode de paiement

- Argent comptant
- Chèque à l'ordre de « Paradox Cheer Elite »
- Virement bancaire (entre personnes)
 - Transit : 70004, Institution : 815, Folio : 1016401
 - N'oubliez pas d'inscrire le Nom et prénom du participant dans la case « Raison ».

Politique de remboursement

Si vous êtes dans l'obligation de cesser les activités, un remboursement sera effectué au prorata des entraînements qui n'ont pas encore eu lieu. Des frais d'annulation équivalents à 20% du montant total de l'inscription s'appliqueront également.



Responsabilités du participant et de l'organisme

Le participant s'engage à respecter les règlements suivants tout au long de l'année, lors des entraînements, évènements ou autres. Le non-respect de l'une de ses règles peut entraîner jusqu'à un renvoi automatique du programme, sans remboursement.

1. RÈGLEMENTS

- Respectez votre entraîneur et vos pairs.
- Les parents et membres doivent approuver les responsabilités auxquels ils s'engagent avec leur participation et collaborer avec les entraîneurs en tout temps.
- Les bijoux, bonbons et gommes sont interdits lors des entraînements.
- Les cheveux doivent être attachés.
- Communiquez avec votre entraîneur dès qu'une situation problématique survient.
- Toute blessure, qu'elle soit en lien ou non avec le cheerleading, doit être mentionnées à votre entraîneur immédiatement, peu importe la gravité de celle-ci.

2. POLITIQUE DE L'ORGANISME

- Les athlètes doivent toujours garder à l'esprit que, lorsqu'ils portent des vêtements à l'effigie du club, qu'ils représentent le club et doivent donc agir en ce sens.
- Aucun athlète (ni parent), n'est autorisé à publier des commentaires négatifs directement reliés à Paradox Cheer Elite, à ses membres ou à ses entraîneurs sur les réseaux sociaux. La même règle s'applique concernant tous les autres clubs ou organisations de cheerleading.
- Aucun athlète, ni parent n'est autorisé à utiliser le logo, le slogan, le nom ou les noms d'équipes de Paradox Cheer Elite sans autorisation préalable écrite par le club.
- Paradox Cheer Elite n'est pas tenu responsable des objets perdus ou volés.