

ÉQUIPEMENTS REQUIS POUR LES POUPONNIÈRES ET LES ÉCUSSENS

CASQUE

Le port du casque est **obligatoire** sur les glaces pouponnières et écussons du CPA Sorel-Tracy. Patinage Canada nous permet d'enlever le casque seulement lorsque l'écussons 5 est acquis. La grille n'est pas obligatoire. Par contre, le casque de votre enfant doit absolument avoir le collant qui confirme qu'il est certifié.



PATINS

Peu importe le sexe de votre enfant, celui-ci a le droit de porter des patins de hockey ou de patinage artistique. Par contre, il est important de choisir une bonne paire de patins pour éviter des blessures aux chevilles.

- Pour les patins de hockey, il n'y a pas vraiment de mauvais choix!
- Pour les patins de patinage artistique, vous devez être vigilants. Voici les patins que je vous suggère; patins de marque **Jackson** ou **Gam** sont à privilégier.



Cependant, je vous déconseille fortement ce type de patins.

(Bottines de plastique)



HABILLEMENT

- Pantalon ciré (si votre enfant commence le patin et qu'il tombe beaucoup), pantalons chauds confortables, leggings, collants avec une jupette. **Pas de jeans.**
- Chandail chaud, manteau de printemps.
- Petits gants magiques ou mitaines.

COMMENT BIEN ATTACHER LES PATINS

Patins de hockey: Vous devez attacher serré la partie où les cordons sont lassés pour bien tenir le pied et ensuite c'est votre choix de faire la boucle directement ou bien de faire le tour de la cheville avant de faire la boucle. Votre enfant doit être capable de plier les genoux et les chevilles lorsqu'il est debout. Si les pieds de votre enfant sont vers l'intérieur avec ses patins, soit qu'ils ne sont pas bien attachés, ou bien que les patins ne sont pas adaptés pour lui (peut-être que la bottine est cassée et/ou que son pied a besoin d'un meilleur support).

Patins artistiques: Vous devez attacher serré la partie où les cordons sont déjà lassés. Ensuite, si vous avez des patins avec des œillets (crochets), vous devez lasser les cordons en faisant des <X> jusqu'en haut de la bottine. Ne jamais faire le tour de la bottine avec les cordons. Si les cordons sont trop long, redescendez en faisant des <X> entre les œillets puis effectuez la boucle. Votre enfant doit être capable de plier les genoux et les chevilles lorsqu'il est debout. Si les pieds de votre enfant sont vers l'intérieur avec ses patins, soit qu'ils ne sont pas bien attachés ou bien que les patins ne sont pas adaptés pour lui (peut-être que la bottine est cassée et/ou que son pied a besoin d'un meilleur support).

** si vous êtes capable de plier la bottine de votre patin en deux ou de la tordre facilement, ce ne sont pas des bons patins.

Kim Arel, entraîneur responsable du programme patinage plus.