



2026

GUIDE D'ACCUEIL

**PATINAGE DE VITESSE
SUR LONGUES LAMES**



Tout ce que vous
devez savoir!

Table des matières

1.	Mot de bienvenue	2
2.	Objectifs de ce guide	2
3.	Mission du club	2
4.	Groupes Facebook	2
	CPV Les Comètes de Chicoutimi	3
	Groupes spécifiques à chaque niveau (Comètes 1 à 5).....	3
	Petites annonces Boutique Comètes	3
	Vente/Location Boutique Comètes	4
5.	Horaire	4
6.	Équipement obligatoire	5
	Gratuités	6
	Location	6
	Achat.....	6
7.	Compétitions	6
	Niveau Régional (Sag-Lac)	7
	Niveau Interrégional.....	7
	Niveau Provincial	8
	Niveau Élite.....	8
	Niveau National	8
8.	Implication au club	8
	Les raisons	8
	Le fonctionnement	9
	Liste des différentes activités qui demandent une implication	9

1. Mot de bienvenue

Le club des Comètes de Chicoutimi est très fier de vous compter parmi ses nouveaux membres. Si vous avez reçu ce document, c'est que votre enfant a maintenant réussi les prérequis afin d'intégrer le club des Comètes de Chicoutimi et de patiner avec des patins de vitesses à longues lames. Félicitations pour cet accomplissement et bienvenue parmi nous.

2. Objectifs de ce guide

Ce guide a été conçu afin de vous aider à faire vos premiers pas dans le monde du patin de vitesse. Il a donc été conçu afin de répondre aux nombreuses questions que l'on se pose lorsqu'on fait nos débuts dans le club. Il n'a pas la prétention d'être exhaustif, mais il se veut un bon point de départ et nous croyons qu'il répond aux questions les plus courantes.

Si vous avez d'autres questions ou si vous avez besoin d'un complément d'information, n'hésitez pas à aborder les membres du CA des Comètes de Chicoutimi qui se feront un plaisir de vous aider. Les membres du CA sont en grande majorité des parents de patineurs du club qui sont passés par les mêmes questionnements.

La liste des membres et des rôles de chacun est épinglée sur la page Facebook *CPV Les Comètes de Chicoutimi* et sur le site internet des Comètes de Chicoutimi au www.cometesdechicoutimi.com.

3. Mission du club

Le Club de Patinage de Vitesse Les Comètes de Chicoutimi est un organisme avec un riche historique sportif.

Sa mission est d'encourager la pratique régulière du patinage dans l'arrondissement Chicoutimi de Ville de Saguenay et de développer des athlètes locaux pouvant atteindre les plus hauts standards de compétition. Ainsi, les membres du club des Comètes de Chicoutimi représentent une grande partie du territoire du Saguenay et offrent une grande visibilité à l'extérieur de la région, aux quatre coins de la province, lors des différentes compétitions provinciales, élites et nationales.

4. Groupes Facebook

Vous venez de joindre les rangs des Comètes de Chicoutimi. La première chose à faire est de demander l'adhésion aux divers groupes Facebook liés aux Comètes de Chicoutimi. Il est important de les suivre et de les consulter régulièrement. Plusieurs informations

importantes y circulent. En fait, c'est le principal outil de communication. Voici la liste des groupes à suivre et leur objectif.

CPV Les Comètes de Chicoutimi

Il s'agit de la page principale du club. Cette page est publique et sert en quelque sorte de vitrine pour le club. Les invitations ouvertes au public y sont publiées. C'est à cet endroit également que l'on annonce toutes les compétitions des jeunes du club ainsi que leurs résultats. Nous y publions également les exploits de nos membres et toutes les nouvelles sur le patin de vitesse, en général.



CPV Les Comètes de Chicoutimi

Groupes spécifiques à chaque niveau (Comètes 1 à 5)

Chaque niveau a son propre groupe Facebook où peuvent communiquer les parents et les entraîneurs. Vous recevrez le nom et le lien du groupe lorsque votre jeune débutera au club de patin. Il s'agit du groupe le plus important que vous devrez consulter plusieurs fois par semaine. L'horaire des entraînements est sujet à changement en fonction des événements, des compétitions et des parties des Saguenéens de Chicoutimi. L'horaire officiel est mis en ligne sur le groupe Facebook quelques jours avant le début du mois, pour le mois suivant. Les changements de dernière minute et toutes les communications sont régulièrement indiqués sur ce même groupe Facebook. ***Merci de demander l'accès et de remplir le formulaire d'accès. Une fois admis, merci de cliquer sur "Membre", ensuite sur "gérer les notifications" et sélectionnez "toutes les publications". De cette manière, vous resterez toujours à l'affût.***

Petites annonces Boutique Comètes

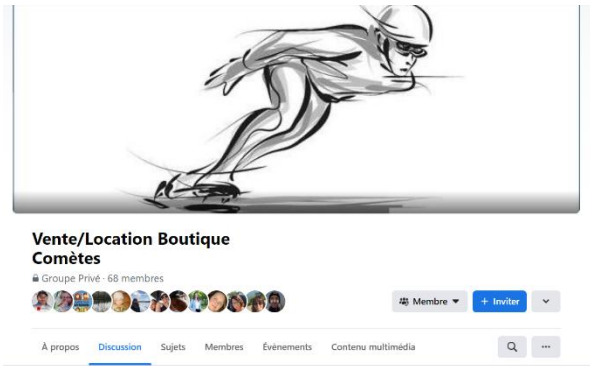
Le club possède son propre groupe de petites annonces où l'on peut retrouver des articles de seconde main. Ils sont en vente sur le groupe Facebook *Petites annonces Boutique Comètes*. Bien que les jeunes de niveau régional puissent louer les bottines, les lames et le casque directement à la boutique du club, plusieurs autres articles s'y retrouvent à des prix avantageux. C'est un groupe que vous voudrez suivre avec intérêt. ***Merci de***



demander l'accès. Une fois admis, merci de cliquer sur "Membre", ensuite sur "gérer les notifications" et sélectionnez "toutes les publications". De cette manière, vous resterez toujours à l'affût.

Vente/Location Boutique Comètes

La boutique des Comètes se trouve au Centre Georges-Vézina à gauche du bureau des Comètes. Pour prendre rendez-vous, vous pouvez écrire directement sur le groupe Facebook *Ventes/Location Boutique Comètes* pour faire la location ou l'achat de l'équipement de votre enfant. C'est également à cet endroit que vous pourrez prendre rendez-vous pour changer les bottines de votre enfant, lorsque celles-ci deviendront trop petites. ***Merci de demander l'accès. Une fois admis, merci de cliquer sur "Membre", ensuite sur "gérer les notifications" et sélectionnez "toutes les publications". De cette manière, vous resterez toujours à l'affût.***



5. Horaire

Un horaire maître est conçu et publié une à deux semaines avant le début de la saison. L'horaire maître montre un horaire type pour tous les groupes. En général, vous pouvez vous fier à ce que cet horaire se répète dans le temps.

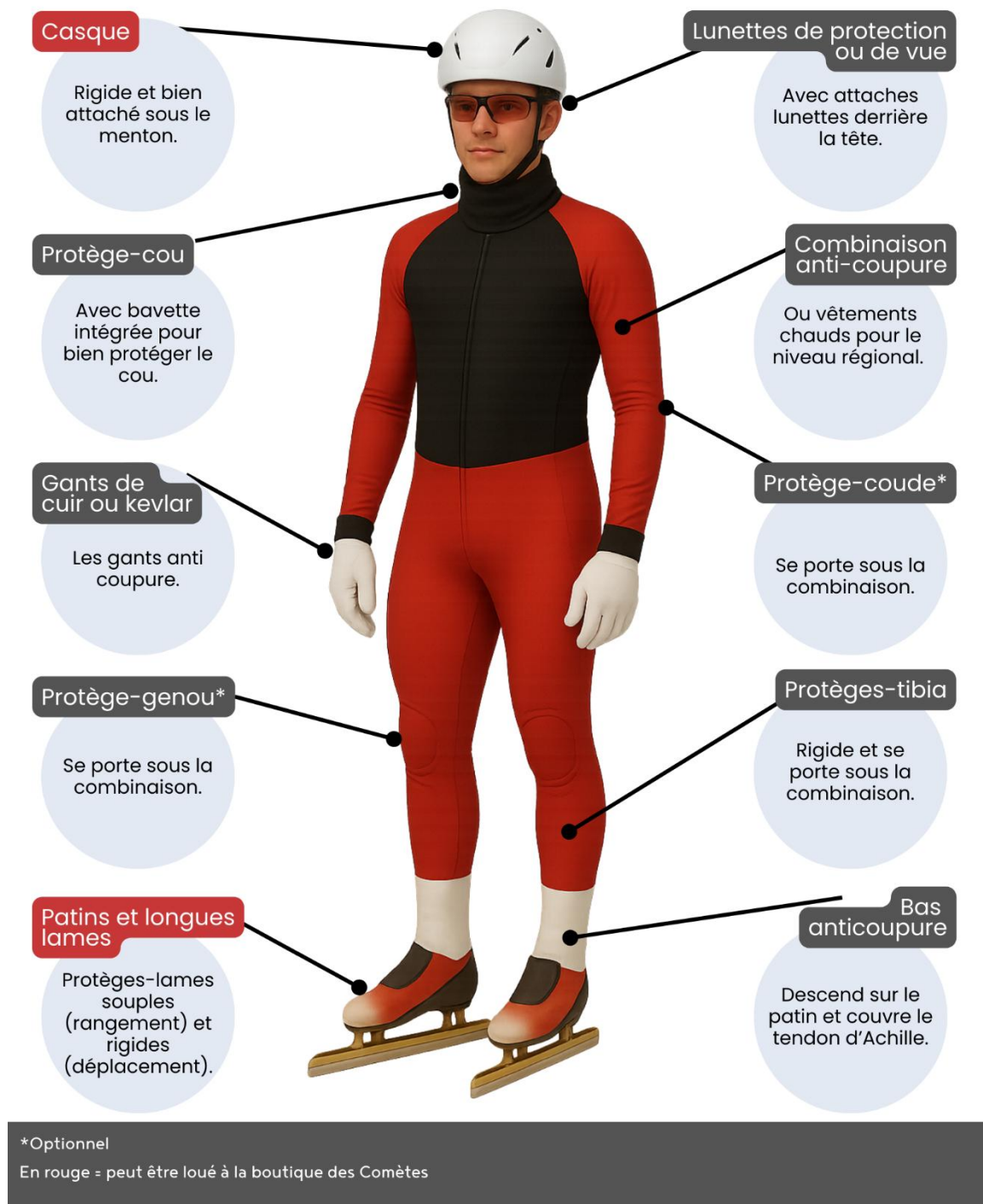
Cependant, comme nous partageons l'aréna avec les Saguenéens de Chicoutimi et comme nos patineurs ont eux aussi des compétitions, plusieurs modifications doivent être faites chaque mois afin de maximiser le nombre d'entraînements de chaque groupe.

Pour cette raison, nous produisons et publions un horaire mensuel adapté, dans la semaine qui précède le mois. Par exemple, pour le mois de septembre, l'horaire adapté devrait être publié dans la dernière semaine du mois d'août.

Finalement, il y a parfois des changements de dernière minute, souvent hors de notre contrôle. Ainsi, il est important de surveiller le groupe Facebook lié au groupe d'entraînement de votre enfant.

6. Équipement obligatoire

ÉQUIPEMENT DU PATINAGE DE VITESSE



Gratuités

À titre de nouveau membre des Comètes de Chicoutimi, vous recevrez gratuitement les items suivants :

- Protège-lames rigides
- Protège-lames souples
- Protège-tibia
- Lunettes de sécurité avec attache-lunettes

Location

Nous recommandons la location pour les items suivants (prix 2025) mais vous pouvez également les acheter neufs ou usagés:

- Bottines (en location à la boutique : 105\$)
- Lames (en location à la boutique : 90\$)
- Casque (en location à la boutique : 35\$)

Achat

Vous devrez acheter les éléments suivants à la boutique des Comètes ou trouver de l'équipement usagé d'un ancien patineur (voir le groupe Facebook *Petites annonces Boutique Comètes*) :

- Skin (facultatif au début)
- Gants
- Bas anticoupure
- Protège-cou

Voici quelques sites où vous pouvez acheter l'équipement de patinage de vitesse:

<https://xactskateshop.com/fr/> (boutique physique à Mirabel)

<https://naganoskate.com/> (boutique physique à Québec)

7. Compétitions

Les compétitions ne sont pas destinées seulement à développer l'esprit compétitif chez nos jeunes. Ces moments sont l'occasion pour les enfants (et les parents !) d'apprendre à gérer leur stress, à se centrer sur leur performance, à faire de nouvelles connaissances et tisser des liens d'amitié, en plus d'apprendre à perdre et à gagner. Nous recommandons aux jeunes de faire toutes les compétitions. C'est vraiment là que les entraînements prennent tout leur sens.

Nous valorisons les efforts et l'esprit d'équipe davantage que les résultats!

Niveau Régional (Sag-Lac)

Le circuit de compétition régional inclut généralement de 3 à 4 compétitions régionales par année et regroupe les clubs suivants du Saguenay Lac-Saint-Jean et de la Côte-Nord :

- Les Comètes de Chicoutimi
- Les Élans de Jonquière
- Les F-18 de La Baie
- Les Satellites d'Alma
- Les Lames Filantes de Roberval
- Les Éclairs de Saint-Félicien
- Les Opti-Vites de Dolbeau-Mistassini
- Les Rapidos de Baie-Comeau

Il est à noter qu'à ce niveau, il est essentiel qu'un parent soit présent avec le patineur pour chaque compétition. Il faut aider le patineur à mettre son équipement avant chaque course et s'assurer qu'il a tout son équipement. Après la course, il faut aider le patineur à enlever son équipement.

Dans un esprit convivial, nos patineurs sont appelés à courser entre eux et avec les patineurs des autres clubs de la région. Lors de l'inscription, vous devrez entrer le temps de votre jeune au 400m. C'est ce temps qui servira à diviser les jeunes en groupes de 10 à 15 patineurs d'un calibre semblable. Il y a deux catégories, les 6-9 ans et les 10 ans et plus.

Le coût par compétition est d'environ 40-45\$.

Pour plus de détails sur le déroulement des compétitions, veuillez consulter le guide compétitions régionales que vous pourrez retrouver sur le site internet www.cometesdechicoutimi.com à la section *Patinage de vitesse / Documentation / Compétitions / Guide des compétitions régionales*.

Niveau Interrégional

Afin d'atteindre le circuit interrégional, les jeunes doivent avoir au moins 10 ans (âge au 1^{er} juillet précédant la saison en cours) et réussir les standards d'accès en ayant un temps combiné (400m + 800m) inférieur à 2m33s pour les filles et de 2m31.5s pour les garçons.

À partir de ce niveau, les filles et les garçons ne compétitionnent plus ensemble. Il y a 4 compétitions par année. Tous les clubs du Québec y participent et sont divisés en 2 secteurs à chaque compétition.

Niveau Provincial

Les jeunes atteignent le niveau de compétition provincial à partir de l'âge de 13 ans (âge au 1^{er} juillet précédant la saison en cours), sans égard aux temps.

Tous les patineurs de 13 ans et plus qui n'ont pas le statut élite patinent sur le circuit provincial. Il y a 4 compétitions par année. Tous les clubs du Québec sont divisés en 2 secteurs à chaque compétition.

Niveau Élite

En début d'année, les 60 patineurs et 60 patineuses les plus rapides au Québec reçoivent le statut élite. Selon certaines conditions, certains patineurs d'autres provinces peuvent intégrer ce circuit de compétition. Il s'agit des meilleurs patineurs du Québec, voire même du pays.

Selon diverses règles, Patinage de vitesse Québec se réserve le droit d'inviter les meilleurs patineurs et patineuses du niveau provincial aux compétitions. Il y a 3 compétitions par année.

Niveau National

Selon certains critères, les meilleurs patineurs et les meilleures patineuses du niveau élite peuvent être sélectionnés pour participer à des compétitions nationales un peu partout au Canada. Le nombre de compétitions varie d'une année à l'autre.

8. Implication au club

Le CA des Comètes de Chicoutimi a décidé de rendre obligatoire une période d'implication au club d'un minimum de 8 heures pour chaque famille de patineur. Les familles qui décident de ne pas s'impliquer auront un montant de 100\$ supplémentaire à déboursier pour la saison.

Les raisons

- L'école de patin et les compétitions sont d'excellentes sources de revenus pour notre club et nous permettent d'éviter toute campagne de financement, et ce, depuis plusieurs années. Pas de vente de chocolat chez les Comètes!!
- L'organisation et le succès des compétitions et de l'école de patin nécessitent toutefois l'implication de dizaines de personnes.
- S'impliquer au club aide les parents à mieux comprendre le fonctionnement du club et du patinage de vitesse.
- C'est une formule qui fonctionne bien pour plusieurs autres clubs du même genre.

Le fonctionnement

Nous demandons à chaque famille de s'impliquer pour un minimum de 8 heures dans l'année. Tous les membres de la famille peuvent s'impliquer par exemple lors des compétitions que nous organisons. Un petit frère peut être messenger, un grand-père peut être au chrono, une tante aux collations, etc. Lors de l'inscription, vous devez choisir si vous désirez vous impliquer ou si vous préférez payer un montant de 100\$ supplémentaire. Nous ferons le décompte des heures faites par chaque famille tout au long de la saison.

Pour les tâches lors des compétitions, nous confirmerons la semaine avant l'activité, les assignations de chacun en respectant vos disponibilités et vos intérêts.

Liste des différentes activités qui demandent une implication

École de patin :

Les besoins sont surtout pour les premières semaines de septembre et de janvier. Aide sur la glace, aide à l'administration. Nous solliciterons aussi des parents bénévoles pour les activités spéciales de Noël par exemple.

Compétitions :

Nous sommes hôte de 2 à 4 compétitions par années de niveau régional à élite. Plusieurs tâches peuvent être effectuées : Chronomètres, aide aux collations, préparation de la glace, juges d'arrivée, accueil, etc.

Coupe des Comètes :

Cette activité de fin d'année se tient généralement en avril. Nous avons toujours besoin de quelques personnes pour agir en tant que juges et aider les coachs lors des épreuves.

Souper de reconnaissance :

Chaque année, le club organise une soirée reconnaissance où nous célébrons les efforts et les succès de chacun. Nous formons habituellement un comité organisateur et des bénévoles sont requis pour l'animation, le service du repas, la décoration de la salle, etc.

Alors, n'hésitez pas! Embarquez avec nous! C'est le meilleur investissement que vous pouvez faire cette année! On vous attend!