

Document d'information 2020-2021

# 11<sup>e</sup> SAISON



INFO@CHEER07.COM / WWW.CHEER07.COM

## Pourquoi choisir Spirit Cheer 07

Spirit Cheer 07 est le choix numéro 1 en Outaouais.

Avec ou sans expérience, chaque athlète à une place dans l'un de nos programmes.

Spirit est l'unique club de cheerleading en Outaouais offrant des équipes compétitionnant sur la scène nationale et mondiale.

Chez Spirit nous prônons le respect, la discipline, la persévérance, le développement, l'éthique sportive et la performance !

L'équipe de Spirit Cheer 07 est composée d'entraîneurs certifiés et qualifiés ayant comme mission de développer les athlètes dans un environnement stimulant, sécuritaire et professionnel.

## Mot de bienvenue

Bienvenue à notre 11<sup>ième</sup> saison chez Spirit Cheer 07! Nous sommes le plus gros club de la région de l'Outaouais et celui offrant le plus grand nombre de programmes en cheerleading.

Notre emplacement, nos installations, notre matériel gymnique ainsi que notre équipe d'entraîneurs passionnés permettent aux athlètes de réaliser leur plein potentiel dans un environnement stimulant, sécuritaire et positif.

Spirit est fier d'ouvrir ses portes du côté de Gatineau pour initier les athlètes au cheerleading récréatif et à la compétition avec un tout nouveau programme: «Introduction à la compétition».

Spirit Cheer 07 enseigne plus que le cheerleading à vos enfants. Le respect, la discipline, la persévérance, le travail d'équipe et la confiance sont quelques leçons de vie transmises aux athlètes dans tous nos programmes.

Les familles de l'Outaouais choisissent Spirit Cheer 07 depuis les 10 dernières années! Nous serions plus qu'heureux de t'accueillir dans la famille de Spirit Cheer 07 pour cette nouvelle saison. Chez Spirit Cheer 07, nous désirons former des enfants dévoués, des athlètes complets, des champions !

### Table des matières

Nouveautés 11 <sup>ième</sup> saison .....	4
COVID-19.....	4
HULL.....	5
Programme pré-compétitif, compétitif et élite .....	6
Évaluations/Tryouts pour les programmes pré-compétitif, compétitif et compétitif élite.....	7
Clinique de perfectionnement.....	8
Évaluation / Tryouts de reprise .....	8
Frais d'inscription pré-compétitif, compétitif et élite.....	9
Programme récréatif.....	10
Programme Sport-études/Concentration cheerleading .....	11
Tumbling.....	11
GATINEAU .....	12
Définition des programmes de Gatineau .....	13
Programme récréatif.....	13
Programme « Introduction à la compétition ».....	14

## Nouveautés 1<sup>1</sup><sup>ème</sup> saison

- ✧ Nouvelle équipe d'âge Mini (5-8 ans) au niveau compétitif
- ✧ Nouvelle équipe d'âge Junior (8 à 14 ans) au niveau pré-compétitif
- ✧ Carnets de route pour les cours de tumbling
- ✧ Du nouveau matériel encore un fois cette saison!

## COVID-19

La situation actuelle aura touché la terre entière. Dans l'optique de vouloir aider nos membres, nous avons pris quelques initiatives pour la saison 2020-2021.

- ✧ Toutes les mesures gouvernementales seront respectées.
- ✧ En raison des mesures gouvernementales, il nous sera impossible d'évaluer tous les éléments des athlètes lors des tryouts. Pour cette raison, nous ferons un premier classement global. L'équipe Spirit se réserve le droit de changer certains athlètes de groupe ou encore, de reformer les équipes à la fin de l'été.
- ✧ Tous les uniformes seront les mêmes pour la saison 2020-2021. Nous encourageons les nouveaux membres à se procurer un uniforme usagé afin d'économiser sur le coût. Il sera tout de même possible de se procurer un uniforme neuf si nécessaire.
- ✧ La veste de compétition et le maquillage seront les mêmes que la saison 2019-2020. Si vous avez déjà ces items, vous n'aurez pas à les payer dans la trousse de compétition.
- ✧ Le programme élite ne fera pas de compétition à l'international cette année. Les équipes du programme participeront à la compétition Nationale pour la saison 2020-2021.



# HULL

Spirit Cheer Gym  
150 Chemin Freeman Unité 106

(Sur le coin de la rue Audet et  
Freeman, tout au fond de la bâtisse  
de l'Entrepôt du Couvre Plancher)

## Programme pré-compétitif, compétitif et élite

Spirit Cheer 07 est le club offrant le plus grand nombre de programmes en Outaouais. Avec ou sans expérience, tous les athlètes trouveront un programme adapté à leurs habiletés et leur permettant de se développer à leur plein potentiel dans un environnement positif et amusant.



### Pré-compétitif

Nous offrons un programme pré-compétitif (5 à 13 ans) pour les athlètes désirant apprendre tous les aspects du cheerleading, soit le tumbling, la danse et les stunts, tout en travaillant sur une chorégraphie de niveau compétitive. Ce programme est un excellent tremplin vers les programmes compétitifs. Les athlètes auront la chance de participer à 2 compétitions et 2 spectacles au courant de l'année.

Spirit offre également un programme pré-compétitif (14 ans et plus) pour les athlètes qui désirent faire un retour ou tout simplement pour pratiquer le cheerleading à moindre coût avec un horaire accessible de seulement 1 pratique par semaine. Les athlètes auront la chance de participer à 2 compétitions et 2 spectacles au courant de l'année.

### Compétitif

Nous offrons un programme compétitif (5 à 19 ans) pour les athlètes qui désirent s'investir dans le sport. Notre programme compétitif est le plus complet en Outaouais, nous offrons des équipes de niveau 1 à 4, compétitionnant au niveau régional, provincial et national. L'objectif de ces équipes est de développer les athlètes à leur plein potentiel. Nos formidables entraîneurs travaillent dans le but de former des enfants dévoués, des athlètes complets, des champions.

### Élite

Spirit offre un programme compétitif élite (8 à 19 ans) pour les athlètes qui désirent pousser leur passion à un niveau supérieur. Les équipes du programme compétitionnent habituellement au niveau international. Cette saison, le programme participera à la compétition Nationale à la suite de la situation de la Covid-19. Les athlètes de ce programme devront s'investir dans le sport et avoir une excellente discipline personnelle. Nos entraîneurs qualifiés et certifiés travaillent avec les athlètes dans le but d'atteindre le meilleur de leurs habiletés et d'obtenir la perfection.

# Évaluations/Tryouts pour les programmes pré-compétitif, compétitif et élite.

**AVEC OU SANS EXPÉRIENCE  
TOUS LES ATHLÈTES SONT ADMIS DANS L'UNE DE NOS ÉQUIPES.**

Pourquoi une évaluation ? Les évaluations permettent de classer les athlètes selon leur âge et leurs habiletés en stunt, danse et tumbling, afin d'assurer un développement adéquat de l'athlète durant l'année. Nous désirons que chaque athlète connaisse le succès. Notre équipe d'entraîneurs travaille extrêmement fort afin de bâtir des équipes performantes où chaque athlète vit la meilleure expérience.

Vous devez vous inscrire en ligne aux tryouts avant le 5 juillet. Suite aux évaluations, vous recevrez un courriel d'ici samedi le 11 juillet avec le groupe dans lequel vous avez été sélectionné.



**Étape 1** – Inscris-toi aux Tryouts en ligne au [www.cheer07.com](http://www.cheer07.com)

**Étape 2** – Présente-toi à la date prévue d'audition selon ton âge et le programme désiré.

Quoi apporter ?

- Vêtements de sports, souliers de sport d'intérieur et bouteille d'eau
- Formulaire d'auto déclaration
- Formulaire de Reconnaissance de risque

**Étape 4** – Procède à l'inscription en ligne et au paiement du dépôt pour réserver ta place, **avant le 15 juillet et profite d'un rabais de 50\$**

**Étape 5** – Présente-toi à ta première pratique pour rencontrer tes coéquipiers et tes entraîneurs, pour une saison mémorable!





## Clinique de perfectionnement

### NOUVEAU!!

Chaque semaine, Spirit offre des cliniques de perfectionnement ouvertes à tous. Ces cliniques visent à perfectionner les différents éléments d'une routine de cheerleading. Après près de 3 mois d'arrêt en raison de la pandémie, ces cours permettront aux athlètes de se remettre en forme et de reprendre les activités de cheerleading.

## Évaluation / Tryouts de reprise

Tu as manqué nos évaluations? Ne manque pas l'opportunité de faire partie du meilleur club de cheerleading en Outaouais. Présente-toi à notre audition / tryout de reprise ! S'il t'est toujours impossible de te présenter à cette date, écris-nous pour une évaluation/tryouts privé à [info@cheer07.com](mailto:info@cheer07.com).



Mardi le 7 juillet  
Précompétitif, compétitif et compétitif élite  
5 ans et plus  
18h à 19h

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
Renversement avant Renversement arrière Stunt au niveau des épaules Extension en pyramide	Flic Rondade- flic Stunt en extension One leg extension en pyramide	Flic-Flic Rondade- flic-back One leg en extension Inversion et twist en pyramide	Back sur place Flic-back Rondade-flic-layout Double twist Saltos en pyramide	Saut-back Rondade-flic-vrille ou double vrille Stunt élite Vrille en pyramide

### Cheer Canada a mis à jour la grille d'âge. Voici les groupes d'âge :

U8 (auparavant Mini): 5 à 8 ans / 2012-2016  
 U12 (auparavant Youth): 8 à 12 ans / 2008-2013  
 U17 (auparavant Junior): 10 à 17 ans / 2003-2011  
 U19 (auparavant Senior): 14 à 19 ans / 2001-2007  
 Open: 14 ans et + / Né en 2007 ou avant

## Frais d'inscription pré-compétitif, compétitif et élite

\*Prendre note que les taxes ne sont pas incluses

\* Voir page 4 dans la section Covid-19

Programmes	Âge	Frais d'inscription et de compétition	Frais trousse de compétition	Frais d'uniforme de compétition
<b>Précompétitif</b> 2h/semaine + 1h tumbling De juillet à mars Niveau provincial	5-8 ans	899\$ (+100\$ sans vente de chocolat)	194\$	190\$
	8 ans et +	Inclut les frais de compétition de 170\$		275\$
<b>Compétitif</b> 3.5h/semaine + 1h tumbling De juillet à avril Niveau provincial	5-19 ans	1349\$ (+100\$ sans vente de chocolat)  Inclut les frais de compétition de 315\$	194\$	300\$
<b>Compétitif Élite</b> 4.5h/semaine + 1h tumbling De juillet à avril Niveau provincial & National	8-19 ans	1949\$ (+100\$ sans vente de chocolat)  Inclut les frais de compétition de 500\$	219\$	325\$

### Les frais d'inscription et de compétition

#### Inclut :

La location du gymnase, les frais d'entraînements, les frais de musique professionnelle et les frais de compétition.

#### Exclut :

L'uniforme de compétition, le transport, hébergement et repas durant les événements, la compétition Nationale pour les équipes élites ( $\pm$  600\$).  
Tous les athlètes du programme élite devront faire une levée de fonds afin de payer le camp de chorégraphie.

### Trousse de compétition

#### Inclut :

Boucle de pratique  
Boucle de compétition  
Maquillage de compétition  
Chandail de pratique  
Veste de compétition  
Brassière de sport

### Méthodes de paiement des frais d'inscription/compétitions :

Option 1 : 1 Versement – Bénéficie d'un rabais de 50\$!

Option 2 : Dépôt de 350\$ suivi de 7 versements

### RABAIS :



50\$ de rabais applicable si tu fais 1 seul versement



100\$ de rabais pour un 2<sup>e</sup> enfant résidant à la même adresse



50% applicable sur les frais d'inscription pour les garçons\*

\*Ne peut être combiné avec une autre offre

### Dates importantes :

11 juillet : Dévoilement des équipes par courriel

20 juillet : Début de l'horaire d'été

1<sup>er</sup> septembre : Début de l'horaire régulier



## Programme récréatif

Notre programme récréatif (4 à 11 ans) permet aux enfants d'apprendre les bases du cheerleading soit la danse, les stunts et le tumbling. Viens découvrir notre merveilleux sport avec des entraîneurs certifiés, un cadeau d'athlète et la participation à un spectacle.

Équipe	Âge	Horaire	Frais d'inscription
Initiation au cheerleading Session de 8 semaines Inclut : Cadeau	4 à 6 ans	45 min/semaine	130,00\$ + taxes
Récréatif Session de 10 semaines 1 spectacle Inclut : Chandail et boucle de cheerleading	7 à 11 ans	1h/semaine	175,00\$ + taxes

**Étape 1** – Visite notre site web au [www.cheer07.com](http://www.cheer07.com) à la section inscription en ligne.

**Étape 2** – Choisis le programme récréatif et la session désirée. Complète les informations demandées.

**Étape 3** – Procède au paiement en ligne.

**Étape 4** – Présente-toi à ta première pratique pour rencontrer tes coéquipiers et tes entraîneurs, pour une saison mémorable!

Quoi apporter ?

- Vêtements de sports, souliers de sport d'intérieur et bouteille d'eau

# HAPPY BIRTHDAY

# FORFAIT DE FÊTE



**DURÉE: 2H30**  
**ÂGE: 3 ANS ET +**

**INCLUS:**

- 1H30 D'ACTIVITÉ
- 1 ENTRAÎNEUR CERTIFIÉ
- DÉCORATION
- SURPRISE POUR L'ENFANT FÊTÉ

**COÛT:**  
**150\$ POUR 10 ENFANTS**  
\* 10\$ SUPPLÉMENTAIRE PAR ENFANT ADDITIONNEL



## Programme Sport-études/Concentration cheerleading

Nous offrons un programme Sport-études cheerleading au niveau secondaire à la Polyvalente Nicolas-Gatineau et à l'école secondaire Mont-Bleu ainsi qu'au niveau primaire à l'école du Dôme. Ce programme s'adresse aux athlètes avec ou sans expérience qui désirent concilier le cheerleading et les études. Les athlètes suivent leurs cours académiques en avant-midi et s'entraînent en cheerleading durant les après-midis. Les athlètes du programme sont également classés dans une équipe compétitive de Spirit. Nos entraîneurs assurent des entraînements diversifiés où les athlètes suivent des cours de techniques, de théorie, de stunts, de tumbling, de danse, de créativité, etc.

École	Équipe compétitive	Frais d'inscription
<ul style="list-style-type: none"> <li>✈ Polyvalente Nicolas-Gatineau</li> <li>✈ École secondaire Mont-Bleu</li> <li>✈ École primaire du Dôme</li> </ul>	Selon le classement	2 300,00\$ + taxes

### Inclut :

La location du gymnase, les frais d'entraînements et les frais de musique.

### Exclut :

Les frais pour l'ensemble de compétition, les frais de compétition, les frais de transport, l'uniforme de compétition, la compétition The One, la compétition du Championnat National ainsi que le transport, hébergement et repas durant les événements.

## Tumbling

Nos cours de tumbling sont une excellente opportunité pour les athlètes d'améliorer leur technique et leurs éléments de gymnastique. **Ce sont les entraîneurs qui détermineront le niveau pour chaque athlète.**

Session	Âge	Pratique	Horaire	Frais d'inscription
Niveau 1	5 ans et plus	Jeu­di 19h-20h	9-16-23-30 mai	85,00\$
Niveau 2	5 ans et plus	Jeu­di 19h-20h	6-13-20-27 juin	85,00\$
Niveau 3+	5 ans et plus	Jeu­di 19h-20h	8-15-22-29 août	85.00\$



**Étape 1** – Visite notre site web dans la section inscription en ligne.

**Étape 2** – Choisis le tumbling et la session désirée.

**Étape 3** – Procède au paiement en ligne.

**Étape 4** – Présente-toi à ta première pratique pour rencontrer tes coéquipiers et tes entraîneurs, pour une session mémorable!

### Quoi apporter ?

- Vêtements de sports, souliers de sport d'intérieur et bouteille d'eau

# GATINEAU

360, Boul La Vérendrye Est Porte 31  
Gatineau, Québec

## Définition des programmes de Gatineau

Nous avons un nouvel emplacement situé à Gatineau. Les nouveaux programmes s'y trouvant ont pour objectif de développer les athlètes au niveau récréatif et de les initier à la compétition.

La location de Gatineau sera destinée à la relève. Nous y offrirons des cours récréatifs et des cours « Introduction à la compétition ».



### Récréatif

Nous offrons un programme récréatif (6 à 11 ans) pour les athlètes désirant apprendre tous les aspects du cheerleading, soit le tumbling, la danse et les stunts. Ce programme est idéal pour ceux qui souhaitent tenter une première expérience dans le monde du cheerleading. Il s'agit d'une session de 10 semaines à raison de 1h/semaine. Les athlètes auront la chance de participer à 1 spectacle au courant de l'année.

### Introduction à la compétition

Nous offrons un programme « Introduction à la compétition » (8 à 11 ans) pour les athlètes qui désirent faire leur entrée dans le monde compétitif du cheerleading. Il s'agit d'une session de 12 semaines à raison de 1h30/semaine. Les athlètes auront la chance de participer à 1 spectacle et à 1 compétition au courant de la session.

## Programme récréatif

Chaque session inclut 10 semaines d'entraînements avec des entraîneurs certifiés, un cadeau d'athlète et la participation à un spectacle.

Équipe	Âge	Frais d'inscription
Récréatif	6 à 11 ans	175,00\$ + taxes



**Étape 1 –** Visitez notre site web au [www.cheer07.com](http://www.cheer07.com) à la section inscription en ligne.

**Étape 2 –** Choisissez le programme récréatif et la session désirée.

**Étape 3 –** Procédez au paiement en ligne.

**Étape 4 –** Présentez-vous à votre première pratique pour rencontrer vos coéquipiers et vos entraîneurs!

### Quoi apporter ?

- Vêtements de sports, souliers de sport d'intérieur et bouteille d'eau

## Programme « Introduction à la compétition »

\*Prendre note que les taxes ne sont pas incluses

Programmes	Âge	Frais d'inscription et de compétition	Frais trousse de compétition
<b>Introduction à la compétition</b> 1,5h/semaine Session de 12 cours 1 showcase + 1 compétition	8-11 ans	300\$	84\$

### Les frais d'inscription et de compétition

#### Inclut :

La location du gymnase, les frais d'entraînements, les frais de musique professionnelle et les frais de compétition.

1 trousse de maquillage pour l'équipe.

#### Exclut :

L'uniforme de compétition, le transport, hébergement et repas durant les événements.

### Trousse de compétition

#### Inclut :

Accessoire à cheveux de compétition

Chandail de compétition

Short de compétition

WWW.CHEER07.COM

## INTRODUCTION À LA COMPÉTITION



**NOUVEAU PROGRAMME!**  
SITUÉ À NOTRE LOCATION DE GATINEAU

### Pour t'inscrire :

**Étape 1 –** Visite notre site web au [www.cheer07.com](http://www.cheer07.com) à la section inscription en ligne.

**Étape 2 –** Procède à l'inscription en ligne et au paiement du dépôt pour réserver ta place, **avant le 1er septembre 2020**

**Étape 3 –** Présente-toi à ta première pratique pour rencontrer tes coéquipiers et tes entraîneurs, pour une saison mémorable!

### Quoi apporter ?

- Vêtements de sports, souliers de sport d'intérieur et bouteille d'eau

