

Sports d'Acrobaties

Programme et apprentissage

Hopla offre quatre disciplines acrobatiques dans le cadre du programme développement élite de l'école Thérèse-Martin : *Gymnastique, Parkour, Trampoline et Cirque*. Les entraîneurs qualifiés du PNCE veilleront à la planification et à l'encadrement des entraînements qui seront personnalisés et où l'autonomie sera encouragée. Tout au long du programme, les jeunes développeront des habiletés physiques dans différentes sphères de l'acrobatie en lien avec la discipline choisie. L'objectif est de performer dans l'atteinte d'objectif personnel tant aux entraînements que lors des compétitions/spectacles.

Description de chacune des disciplines

Gymnastique féminine : Sport s'exécutant sur 4 appareils : *Saut, barres, poutre et sol*. Ce programme est malheureusement très contingenté. Seules les athlètes invitées pourront choisir cette discipline. La catégorie JO6 du niveau provincial est exigée et le potentiel de progression doit être présent. Au courant de la saison, les gymnastes participeront de 3 à 5 compétitions.

Trampoline-Tumbling (filles et garçons) : Sport comportant 3 épreuves : *Trampoline, tumbling et double mini*. Ce programme est une alternative très intéressante pour celles qui auraient souhaités s'inscrire en gymnastique mais qui ne remplissent pas les exigences de cette dernière. Le jugement et la qualité d'exécution précise en font l'option qui se rapproche le plus de la gymnastique. Une base en gymnastique et/ou en trampoline est demandée. Au courant de la saison, les trampolinistes participeront de 3 à 5 compétitions.

Parkour (filles et garçons) : Sport comportant deux principales épreuves : *le speed run et le free style*. Ce programme convient aux jeunes qui préfèrent une exécution personnalisée et un entraînement plus flexible. Une base en parkour ou gymnastique est demandée. Au courant de la saison, les traceurs participeront de 2 à 3 compétitions.

Cirque (filles et garçons) : Le programme de cirque a pour objectif d'amener les jeunes à s'accomplir et à progresser dans le monde des arts du cirque tant au niveau technique que dans la créativité. Ils travailleront la base de plusieurs disciplines de cirque (Acrobaties, jonglerie, équilibre sur objet et sur les mains, aérien, contorsion, jeux artistiques) mais ils devront choisir une spécialité principale et secondaire. Ces spécialités seront mises de l'avant lors des différentes présentations. Les athlètes participeront à 2 présentations publiques et un spectacle de fin d'année.

Coûts approximatifs

Gymnastique : Entraînement 12 mois par année : 4300\$ + taxes, payable en 12 versements.

Parkour-Trampoline-Cirque : Entraînement 10 mois par année : 2400\$ + taxes, payable en 10 versements

Audition

L'audition pour faire partie du programme acrobatique aura lieu en novembre.

Au plaisir de faire votre connaissance !

L'équipe Hopla !