



Lames d'Or Gold Blades
DIEPPE

Program/Session - programmes/sessions



Lames d'Or Gold Blades
DIEPPE

DESCRIPTIONS

Junior (Jr)	Must have passed Level 6 of Canskate / Doit avoir réussi Niveau 6 de Patinage Plus
	Group coaching throughout the session. Helmet is optional. Figure skates recommended.
	Enseignement de groupe durant la totalité des sessions. Casque protecteur optionel. Port de patins de patinage artistique recommandé.
Intermediate/Intermédiaire	Passed Preliminary Dances / Réussi les Danses Préliminaires
	Group coaching part of the session (Stroking and new Star 1-5 program)
	Enseignement de groupe durant une partie des sessions (Poussées-élans et nouveau programme Star 1-5)
Senior A (Sr A)	Passed Preliminary Free or land axel and Junior Bronze Dances / Réussi Style libre Préliminaire ou réussir axel et Danses Junior Bronze
	Group coaching for stroking / Enseignement de groupe pour poussées-élans
Senior B (Sr B)	Passed Junior Bronze Free and landing/working on double jumps / Réussi Style libre Junior Bronze et réussi/travaille les doubles sauts
	Group coaching for stroking / Enseignement de groupe pour poussées-élans
Senior Elite (Sr E)	Passed Sr Bronze Free and Sr Bronze Dances / Réussi Style libre Sr Bronze et Danses Sr Bronze
	Group coaching for stroking / Enseignement de groupe pour poussées-élans
Sport-étude / Sport-Ed (Sp-Étude)	See Inter, Sr A, Sr B and Sr E criteria / Voir critères Inter, Sr A, Sr B et Sr E
	Must be registered full time in Sr A, Sr B or Sr E group. Guest skating at 20\$ per session also available. Request by email required.
	Doit être inscrit dans Sr A, Sr B ou Sr E à temps plein. Patinage visiteur disponible à \$20 par session. Demande par courriel requise.
Pickup Figure Skating	Adult skaters and Inter skaters and up - \$10 per session. Full time registration also available.
	Patineurs adultes et Inter et plus - 10\$ per session. Inscription à temps plein aussi disponible.
Preschool / Préscolaire	Beginner skaters starting at age 3. Helmet is mandatory. Hockey/Ringette and figure skates are appropriate. Group coaching throughout sessions.
	Patineurs débutants à partir de 3 ans. Le port du casque est obligatoire. Patins de hockey/ringuette et patinage artistique sont appropriés.
	Enseignement de groupe durant la totalité des sessions.
Canskate I / Patinage Plus I	Canskate level 1 and 2 - Helmet is mandatory. Hockey/Ringette or figure skates are appropriate. Group coaching through the entire sessions.
	Patinage Plus niveau 1 à 2 - Le port du casque est obligatoire. Patins de hockey/ringuette ou patinage artistique sont appropriés. Enseignement de groupe durant la totalité des sessions.
Canskate II / Patinage Plus II	Canskate level 3 to 6 - Helmet is mandatory. Hockey/Ringette or figure skates are appropriate. Group coaching throughout sessions.
	Patinage Plus niveau 3 à 6 - Le port du casque est obligatoire. Patins de hockey/ringuette ou patinage artistique sont appropriés. Enseignement de groupe durant la totalité des sessions.
Canpower / Patinage Plus Intensif	Hockey and Ringette players 6-10 years old. Skating skills exercises. Must wear full hockey/ringette gear and bring stick. Group coaching throughout sessions
	Joueurs/joueuses de hockey et ringuette de 6-10 ans. Exercices d'habiletés de patinage. Doit porter plein équipement de hockey/ringuette et apporter baton. Enseignement de groupe durant la totalité des sessions.
Simulation	Competition simulation with warm up and solo for Inter / Sr A / Sr B / Sr E - Skating order will be sent a day prior. Must wear competition dress/costume.
	Simulation de compétition avec échauffement et solo pour Inter / Sr A / Sr B / Sr E - L'ordre des patineurs sera envoyé la veille. Patineurs doivent porter robe/costume de compétition.