



# RÈGLEMENT DE SÉCURITÉ

## PATINAGE ARTISTIQUE PATINAGE SYNCHRONISÉ

RÉVISÉ DÉCEMBRE 2022  
ADOPTÉ LE 19 DÉCEMBRE 2022

.....  
7665, boulevard Lacordaire  
Montréal (Québec) H1S 2A7  
T 514 252-3073 • F 514 252-3170  
patinage@patinage.qc.ca

[WWW.PATINAGE.QC.CA](http://WWW.PATINAGE.QC.CA)

## PRÉSENTATION

Le présent document est un outil de référence qui vise à aider les clubs et les écoles à s'assurer de la sécurité des programmes offerts et des activités qu'ils organisent.

Bien qu'il appartienne à Patinage Québec, le contenu du règlement doit néanmoins respecter certaines obligations réglementaires prévues par [la Loi sur la sécurité dans le sport \(LSS\)](#).

La LSS prévoit que les fédérations sportives québécoises et les organismes non affiliés à une fédération doivent adopter un règlement de sécurité et veiller à son application par ses membres et adhérents. Une révision de deux règlements prévus à la LSS encadrant les règlements de sécurité a été effectuée. Il s'agit du Règlement déterminant les matières sur lesquelles doit porter un règlement de sécurité (R4) et du Règlement sur les modalités d'une demande d'approbation ou de modification d'un règlement de sécurité (R5). Ces modifications sont en vigueur depuis leur édicition. Conséquemment, de nouvelles matières sont incluses dans le R4 et doivent obligatoirement être présentes dans le règlement de sécurité. Ce changement vient insérer de nouvelles sections obligatoires à la table des matières des règlements de sécurité, soit les chapitres X, XI et XII.

AVIS AUX MEMBRES ET AUX ADHÉRENTS

Les articles suivants sont tirés de la [Loi sur la sécurité dans les sports](#) (RLRQ, c S-3.1) et s'appliquent au présent règlement.

**Décision**

29. Une fédération d'organismes sportifs ou un organisme sportif non affilié à une fédération doit, après avoir rendu une décision conformément à son règlement de sécurité, en transmettre copie, par poste recommandée, à la personne visée dans un délai de dix (10) jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre dans les trente (30) jours de sa réception.

1979, c. 86, a. 29;  
1988, c. 26, a. 12;

1997, 43, a. 675;  
1997, c. 79, a. 13;

N.I. 2016-01-01 (NCPC).

**Ordonnance**

- 29.1 Le ministre peut ordonner à un membre ou un adhérent d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération de respecter le règlement de sécurité de cette fédération ou de cet organisme lorsque cette fédération ou cet organisme omet de le faire respecter.

1988, c. 26, a. 13;

1997, c. 79, a. 14.

**Infraction et peine**

60. Une personne qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre, de la Régie ou d'une personne à qui l'un ou l'autre a donné mandat commet une infraction et est passible d'une amende de 200 \$ à 10 000 \$.

Un membre ou adhérent d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération qui refuse d'obéir à une ordonnance du ministre rendue en vertu de l'article 29.1 commet une infraction et est passible, en plus des frais, d'une amende de 100 \$ à 5 000 \$.

1979, c. 86, a. 60;  
1988, c. 26, a. 23;

1990, c. 4, a. 810;  
1992, c. 61, a. 555;

1997, c. 79, a. 38.

61. En plus de toute autre sanction qui peut être prévue dans les statuts ou règlements d'une fédération d'organismes sportifs ou d'un organisme sportif non affilié à une fédération dont le ministre a approuvé le règlement de sécurité, une personne qui ne respecte pas une décision rendue par cette fédération ou cet organisme, en application de ce règlement, commet une infraction et est passible d'une amende de 50 \$ à 500 \$.

1979, c. 86, a. 61;  
1990, c. 4, a. 809;

1997, c. 79, a. 40.

### OBJET ET DOMAINE D'APPLICATION

Le présent règlement de sécurité s'applique exclusivement dans le cadre d'une séance d'entraînement, d'un évènement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif sanctionnés par Patinage Québec. Tous les adhérents et tous les membres de Patinage Canada actifs au Québec sont assujettis à ce règlement.

Dans ce contexte, Patinage Québec se réserve le droit d'inspecter les installations et les équipements pour en vérifier la conformité et la sécurité.

Le présent règlement de sécurité prime sur les règlements généraux de Patinage Québec, sur ceux de ses organismes sportifs affiliés et sur les règles de compétition de Patinage Canada et de Patinage Québec.

#### **Lois et règlements**

Bien que non spécifique au présent règlement de sécurité, en tout temps, il est recommandé, de respecter l'ensemble des lois et règlements applicables dans le cadre de la pratique du patinage artistique et du patinage synchronisé.

## Table des matières

INTERPRÉTATION.....	7
CHAPITRE I – LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS D’ENTRAÎNEMENT .....	10
Section I – Les installations.....	10
Section II – Les équipements d’entraînement.....	11
Section III – Les équipements de sécurité et de communication.....	12
CHAPITRE II – LA FORMATION ET L’ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS.....	14
Section I – La formation.....	14
Section II – L’entraînement .....	14
Section III – Le déroulement de la séance d’entraînement .....	14
Section IV – Les règles de sécurité .....	15
CHAPITRE III – LA PARTICIPATION À UN ÉVÈNEMENT, À UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF.....	16
Section I – La formation.....	16
Section II – L’affiliation .....	16
Section III – Les catégories .....	17
Section IV – Les responsabilités .....	17
CHAPITRE IV – LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS.....	19
Section I – La formation.....	19
Section II – Les responsabilités.....	20
CHAPITRE V – LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES CHARGÉES DE L’APPLICATION DES RÈGLES DE JEU ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ, INCLUANT NOTAMMENT LES RESPONSABILITÉS À L’ÉGARD DE LA PRÉVENTION DES INCIVILITÉS .....	23
Section I – La formation et les responsabilités des officiels.....	23
Section II – La formation et les responsabilités de l’organisateur .....	24
Section III – La formation et les responsabilités des directeurs de la sécurité .....	24
CHAPITRE VI – L’ORGANISATION ET LE DÉROULEMENT D’UN ÉVÈNEMENT, D’UNE COMPÉTITION OU D’UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	27
Section I – L’organisation et le déroulement .....	27
Section II – La sécurité.....	27
CHAPITRE VII – LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÈNEMENT, UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF.....	29
Section I – Les installations sportives requises .....	29
Section II – Le déroulement et la supervision .....	29

Section III – L’accessibilité et la conformité des lieux .....	29
CHAPITRE VIII – LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D’UN ÉVÈNEMENT, D’UNE COMPÉTITION OU D’UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	30
Section I – Les installations sportives et les équipements .....	30
CHAPITRE IX – LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ REQUIS LORS D’UN ÉVÈNEMENT, D’UNE COMPÉTITION OU D’UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF .....	31
Section I – Les services de premiers soins et services médicaux .....	31
Section II – L’équipement de sécurité et les mesures d’urgence.....	31
CHAPITRE X – LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L’INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE DES PERSONNES.....	31
Section I – La prévention et la détection de comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l’intégrité physique ou psychologique .....	31
Section II – Le suivi des comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l’intégrité physique ou psychologique .....	32
Section III – Les bagarres .....	33
CHAPITRE XI – LE CONTRÔLE DE L’ÉTAT DE SANTÉ DES PARTICIPANTS.....	34
Section I – L’antidopage .....	34
Section II – La santé générale des participants .....	34
CHAPITRE XII – LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES.....	36
Section I – La prévention, l’information et la sensibilisation .....	36
Section II – La détection et la gestion.....	36
CHAPITRE XIII – LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT .....	38
Section I – Les infractions .....	38
Section II – Les sanctions .....	38
Section III – La décision et révision.....	39
ANNEXE I – LE CONTENU RECOMMANDÉ DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS.....	40
ANNEXE II – LES RECOMMANDATIONS POUR LA PRESTATION DES PROGRAMMES .....	42

### INTERPRÉTATION

Dans le présent règlement, on entend par :

<b>ADHÉRENT</b>	Une personne qui est (1) inscrite à Patinage Canada par un club ou une école située sur le territoire de Patinage Québec et qui est assujettie à tous les règlements et politique de Patinage Canada, mais qui n'est pas un membre de Patinage Canada ou (2) un entraîneur.
<b>ARBITRE</b>	L'arbitre d'une compétition est un juge expérimenté qui a reçu une formation plus avancée pour diriger une épreuve de compétition et pour surveiller la performance des juges. Les arbitres sont qualifiés pour exercer leurs fonctions ou celles des juges à un niveau spécifié ou à un niveau inférieur de compétition dans une discipline ou plus.
<b>ASSISTANT DE PROGRAMME</b>	Une personne formée par l'entraîneur Patinage Plus du club ou de l'école pour assister ce dernier dans la prestation du programme Patinage Plus. D'âge et d'expérience variés (patinage artistique, hockey, patinage adulte), ils doivent posséder des habiletés et des connaissances adéquates pour exercer cette fonction et se voir confier des tâches appropriées à leur âge et à leurs aptitudes.
<b>BÉNÉVOLE</b>	Une personne qui donne, volontairement et sans rémunération, son temps et ses capacités, au service d'une cause, d'une organisation ou d'une personne pour accomplir une fonction ou une tâche.
<b>CLUB</b>	Une organisation sans but lucratif qui est administrée par un conseil d'administration bénévole et qui a pour but d'offrir les programmes de Patinage Canada sanctionnés par Patinage Québec ainsi que les programmes de Patinage Québec.
<b>COMPÉTITION</b>	Une partie sanctionnée ou un tournoi sanctionné.
<b>DIRECTEUR DE LA SÉCURITÉ</b>	Le directeur provincial, régional ou local de la sécurité.
<b>ÉCOLE</b>	Une organisation autre qu'un club dont l'exploitation a pour but général d'offrir des programmes de Patinage Québec et <a href="#">de patinage</a> de Patinage Canada sanctionnés par Patinage Québec.
<b>EN RÈGLE</b>	Qui respecte tous les critères d'admissibilité.
<b>ENTRAÎNEMENT</b>	Une série d'exercices en vue de la préparation à une compétition, un test ou pour le maintien de la forme physique.

<b>ENTRAÎNEUR</b>	Expert du patinage possédant les compétences exigées en vertu du PNCE, qui offre des services rémunérés, sur glace et hors glace, dans les clubs et les écoles qui se situent sur le territoire de Patinage Québec, et qui sont membres en règle auprès de Patinage Canada.
<b>ÉQUIPE DE SOUTIEN INTÉGRÉ</b>	L'équipe de soutien intégré œuvre auprès des participants afin de leur apporter des expertises spécifiques pour optimiser leur développement. Les tâches accomplies sur la glace doivent être complémentaires avec celles exécutées à l'extérieur de la patinoire, en s'assurant des saines habitudes de vie. Les membres de l'équipe de soutien intégré sont des spécialistes en lien avec les différents thèmes comme la nutrition, la psychologie, la récupération et plus encore. L'investissement en bas âge auprès de ces professionnels permet de consolider la base et la structure de la pyramide de développement des participants pour éviter des blessures, des troubles divers et une stagnation dans leur progression.
<b>ÉVÈNEMENT</b>	Un évènement est une activité spéciale organisée par un club, une école ou une association régionale. Un évènement peut être une compétition, un spectacle à caractère sportif, une démonstration, une exhibition, un test ou toute autre activité liée au sport.
<b>INTERVENANT</b>	Toute personne agissant dans l'entourage des participants.
<b>MEMBRE</b>	Chaque club ou école de patinage qui se situe sur le territoire de la province de Québec et qui satisfait aux exigences de Patinage Canada et de Patinage Québec ainsi que toutes les associations régionales de Patinage Québec.
<b>ORGANISATEUR</b>	Une personne, un organisme ou une entreprise qui s'occupe de la gestion et de l'organisation d'un évènement sanctionnée par Patinage Québec.
<b>PARTICIPANT</b>	Patineur participant à un entraînement ou un évènement.
<b>PATINAGE QUÉBEC</b>	Fédération de patinage artistique du Québec
<b>PNCE</b>	Programme national de certification des entraîneurs de l'Association canadienne des entraîneurs.

### **POLITIQUE**

Énoncé qu'adopte une organisation afin d'établir des exigences minimales pour le respect des lois, des règlements et des objectifs de gestion des risques. Les politiques sont des principes directeurs qui rendent compte de la culture, des buts et de la philosophie de Patinage Québec.

### **RÈGLEMENTS OFFICIELS DE PATINAGE CANADA**

Énoncés normatifs de Patinage Canada qui font autorité et stipulent les exigences (ce qu'il faut faire et ne pas faire) pour se conformer à la politique dans des situations précises.

### **REPRÉSENTANT TECHNIQUE**

Le représentant technique est l'une des personnes clés de la préparation et du déroulement de toute compétition de patinage artistique. Il est un officiel en règle adhérent de Patinage Québec.

## CHAPITRE I – LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS D'ENTRAÎNEMENT

### Section I – Les installations

#### Surface

1. La glace doit être exempte de tout objet non nécessaire à la pratique, lisse et exempte de trous et de lézardes.

#### Bandes

2. Les bandes doivent être libres de tout objet susceptible de tomber sur la glace. Elles doivent également être exemptes de toute aspérité ou de tout objet pouvant accrocher. Les angles aigus formés par les baies vitrées doivent être rembourrés.

#### Portes

3. Les portes de la patinoire doivent être fermées et verrouillées durant l'entraînement.
4. Les accès entre les chambres et la patinoire doivent être dégagés.

#### Éclairage

5. Toute la surface glacée doit être éclairée pour que les activités aient lieu.

#### Miroirs

6. Les miroirs à surface vitrée sont interdits sur la glace, sur la bande et sur la baie vitrée.

#### Balises

7. Les balises utilisées sur la glace doivent être de plastique ou de caoutchouc et exemptes d'angles aigus.

#### Cordes

8. Il est interdit de tendre des cordes au-dessus de la glace pour délimiter les zones d'activité.

#### Harnais fixe - installation et inspection

9. Tous les systèmes de harnais doivent être installés et inspectés par un installateur ou un inspecteur qualifié selon le cas. Un système de harnais se compose du harnais et du câble qui le relie à la poutre de la structure de la patinoire. Un installateur ou inspecteur qualifié est le fabricant du système de harnais ou une personne recommandée par le fabricant (un employé ou un sous-traitant). L'installation ou l'inspection peut aussi être faite par un ingénieur qualifié ou certifié. Certaines villes ou gestionnaires d'aréna permettront que leur propre ingénieur offre ces services. L'installateur ou l'inspecteur qualifié doit être assuré pour l'installation ou l'inspection du système de harnais et du câble qui relie le harnais à la poutre de la structure de la patinoire. L'installateur ou l'inspecteur qualifié doit aussi fournir au club ou à l'école une preuve d'assurance responsabilité civile confirmant qu'il est assuré en cas de réclamation déposée contre lui.

10. Tous les harnais doivent être inspectés au moins une (1) fois par an par un inspecteur qualifié. Toute recommandation faite par l'inspecteur qualifié doit être suivie, immédiatement après l'inspection. Cette dernière doit inclure, mais n'est pas limitée à la vérification de l'intégrité du raccordement aux poutres qui soutiennent le harnais.
11. Tous les câbles reliant le harnais à la poutre doivent être inspectés au moins une fois tous les cinq (5) ans. Toute recommandation faite par l'inspecteur doit être suivie, immédiatement après l'inspection. Cette dernière doit inclure, mais n'est pas limitée à la vérification de l'intégrité du raccordement aux poutres qui soutiennent le harnais.

#### **Harnais fixe - utilisation**

12. Un harnais fixe peut être utilisé par un entraîneur inscrit et formé de Patinage Canada. Entre chaque utilisation du harnais, l'entraîneur doit le ranger de manière sécuritaire afin d'éviter que d'autres patineurs ne s'y accrochent. Après l'entraînement, l'entraîneur doit le ranger en lieu sûr dans un endroit prévu à cet effet pour s'assurer qu'aucune personne non autorisée ne puisse y avoir accès.

## **Section II – Les équipements d'entraînement**

#### **Accessoires**

13. Les accessoires ou outils pédagogiques doivent être sécuritaires, c'est-à-dire être en bonne condition.
14. Les écouteurs ou le casque d'écoute avec ou sans fil sont interdits lors des entraînements sur glace ou des événements sur glace.
15. L'utilisation de baladeur, de cellulaire ou de tout autre appareil électronique est interdit sauf pour usage d'entraînement par un patineur, un entraîneur ou par un membre de l'équipe de soutien intégré; dans ce dernier cas, la personne doit se tenir sur le bord de la bande ou avoir l'appareil accroché sur lui au moyen d'un support fixé au corps conçu à cet effet de manière à ce que les mains soient libres.

#### **Vêtements d'entraînement ou costumes de compétition**

16. Les participants doivent avoir un habillement adéquat pour la pratique du sport. Les vêtements doivent être souples et ajustés au corps.
17. Les décorations sur les vêtements d'entraînement ou costumes de compétition doivent être solidement fixées et ne pas nuire à la vision ni aux déplacements sur la glace.
18. Le port de bijoux ou de tout autre objet décoratif est permis sauf s'ils sont susceptibles de tomber ou de causer des blessures. Ils ne doivent pas être susceptibles d'être accrochant.
19. Les mitaines ou les gants portés par les participants ou les entraîneurs ne doivent pas laisser de résidus de tissu sur la glace lors de chute.
20. Pour le programme Patinage Intensif Plus, le port de gants de hockey/ringette est obligatoire.

#### **Lunettes**

21. Les lunettes doivent être maintenues en place à l'aide d'un cordon élastique ou d'un moyen équivalent.

#### **Vêtements de protection**

22. Les vêtements de protection sont permis pourvu qu'ils n'empêchent pas la capacité de mouvement du corps. Les vêtements de protection doivent être souples et ajustés.

#### **Casque**

23. Le port d'un casque homologué CAN3-Z262.1 ou CAN/CSA-Z262.1 est obligatoire :

- Pour les participants d'un programme Patinage Plus ou Patinage Plus pour adulte jusqu'à l'étape 5 inclusivement, et ce, durant toutes les activités de patinage, dont les compétitions, les journées de carnaval ou toute autre activité spéciale sur la glace;
- Pour tous les participants et les entraîneurs du programme de Patinage Intensif Plus;
- Pour les bénévoles agissant sur la glace ou le personnel de premiers soins lors d'un événement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif à moins qu'ils n'aient obtenu l'étape 5 du programme Patinage Plus.

#### **Patins**

24. Les patins doivent être en bonne condition et avoir un ajustement adéquat. Les lacets doivent être bien attachés et ne pas traîner.

#### **Cheveux**

25. Les cheveux doivent être attachés si ceux-ci sont suffisamment longs pour nuire à la vision.

#### **Effets personnels**

26. Les participants peuvent avoir des effets personnels accessibles lors de leur entraînement. Ces effets personnels doivent être déposés sur le banc des joueurs ou à l'intérieur de la bande. Dans le cas de mouchoirs, ils doivent être jetés dans une poubelle immédiatement après leur utilisation.

### **Section III – Les équipements de sécurité et de communication**

#### **Trousse de premiers soins**

27. Une trousse de premiers soins doit être disponible en tout temps. Le contenu recommandé de la trousse de premiers soins est en Annexe I du présent document.

#### **Téléphone**

28. Un moyen de communication (téléphone, cellulaire) doit être accessible en tout temps près de l'aire d'entraînement.

**Numéros de téléphone**

29. Les numéros de téléphone suivants doivent être affichés près du téléphone, ou en possession du responsable de la session d'entraînement :

- 1° Ambulance;
- 2° Centre hospitalier;
- 3° Police;
- 4° Service d'incendies;
- 5° Président du club ou de l'école.

**Accès et sorties d'urgence**

30. Les accès et sorties d'urgence doivent être clairement identifiés.

## CHAPITRE II – LA FORMATION ET L'ENTRAÎNEMENT DES PARTICIPANTS

### Section I – La formation

#### **Entraînement de groupe**

31. L'entraîneur doit former les participants et les assistants de programme, s'il y a lieu, pour le bon fonctionnement des séances d'entraînement de groupe selon le programme de patinage pratiqué.

#### **Entraînement en privé, semi-privé ou libre**

32. L'entraîneur doit former les participants pour le bon fonctionnement des séances d'entraînement privé, semi-privé ou libre. En fait, le participant doit apprendre les règles de sécurité indiquées à la Section IV de ce chapitre.

### Section II – L'entraînement

33. L'entraînement des participants doit être organisé dans le respect des normes de prestation des programmes de Patinage Québec et ceux sanctionnés par Patinage Québec.
34. Le nombre de participants à un entraînement et le nombre de patineurs par entraîneur et par assistant de programme sont déterminés selon le programme de patinage et le niveau des patineurs. Un tableau des normes minimales de prestation est en Annexe II du présent document.

### Section III – Le déroulement de la séance d'entraînement

35. Le déroulement des séances est assuré par un entraîneur qualifié et comporte une séance échauffement, une pratique technique et un retour au calme. L'échauffement doit être adapté selon le niveau de difficulté de l'entraînement.

#### **Entraînement privé, semi-privé ou libre**

36. Les participants pratiquant ensemble le style libre doivent être de calibre égal ou comparable.
37. Les levées et lancers des couples de style libre ou de danse ou les déplacements de patinage synchronisé de deux (2) ou trois (3) patineurs sont permis à la discrétion du responsable local de sécurité selon le nombre de participants sur la glace, et ce, même s'il y a d'autres participants en solo.

### Responsabilités du participant

38. Au cours d'une séance d'entraînement, le participant doit :
- a. Être membre d'un club ou d'une école membre de Patinage Québec et de Patinage Canada;
  - b. Respecter les règles de sécurité mentionnées à la Section IV de ce chapitre;
  - c. Déclarer à l'entraîneur tout changement de son état de santé qui empêche ou affecte la pratique normale du patinage, notamment les symptômes liés à une commotion cérébrale, ou qui risque d'avoir des effets néfastes sur son intégrité corporelle;
  - d. Déclarer à l'entraîneur qu'il utilise, ou est sous l'effet de médicaments;
  - e. Déclarer à l'entraîneur qu'il porte des lentilles cornéennes;
  - f. Ne pas consommer ou être sous l'effet de boisson alcoolique, de substance dopante ou de drogue;
  - g. Respecter les autres patineurs et éviter de leur nuire;
  - h. Ne pas boire, mâcher de la gomme, manger ou fumer sur la glace;
  - i. Faire preuve d'esprit sportif.

### Section IV – Les règles de sécurité

39. Les participants et les entraîneurs doivent attendre la fermeture de la porte de la surfaceuse avant d'entrer sur la glace.
40. Les participants et les entraîneurs doivent quitter la glace dès l'arrivée de la surfaceuse.
41. Les participants et les entraîneurs doivent évacuer immédiatement l'aire d'entraînement en cas de panne d'électricité ou lorsque le système d'éclairage ne fonctionne pas.
42. Les rassemblements sur la glace sont interdits, sauf à la demande de l'entraîneur.
43. Les participants et les entraîneurs ne sont pas autorisés à s'asseoir sur la bande.

### Séance d'entraînement privée, semi-privée ou libre

44. Le participant doit :
- a. Faire les pirouettes au milieu de la glace, sauf s'il pratique son solo;
  - b. Faire les sauts aux extrémités de la glace, sauf s'il pratique son solo;
  - c. Effectuer les déplacements le long de la bande lorsqu'il n'est pas en entraînement;
  - d. Donner priorité aux participants qui font leur solo, leur patron d'habileté ou leur danse;
  - e. Se relever rapidement lors d'une chute;
  - f. Demeurer sur le bord de la bande lors d'un arrêt de l'entraînement pour discuter avec l'entraîneur ou un autre participant;
  - g. Être conscient qu'il n'est pas seul sur la glace et qu'il doit partager l'espace avec d'autres participants.

## CHAPITRE III – LA PARTICIPATION À UN ÉVÈNEMENT, À UNE COMPÉTITION OU À UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### Section I – La formation

#### Participant

45. Le participant est formé par un ou des entraîneur(s) pour participer à un évènement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif.

#### Entraîneur

46. L'entraîneur est formé dans le cadre de sa certification du PNCE pour organiser et participer à un évènement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif.

#### Officiel

47. L'officiel est formé dans le cadre de sa certification du programme de formation des officiels propres aux adhérents de Patinage Québec pour participer à un évènement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif.

#### Organisateur

48. L'organisateur doit suivre les règles de compétition du patinage artistique et du patinage synchronisé de Patinage Québec.
49. L'organisateur d'une compétition doit suivre annuellement la formation pour les gestionnaires de compétition de Patinage Québec.

#### Bénévole

50. Le bénévole, autre que l'officiel et l'entraîneur, est formé par l'organisateur ou le représentant technique avant ou lors de l'évènement, de la compétition ou du spectacle à caractère sportif.

#### Équipe de soutien intégré

51. Le membre de l'équipe de soutien intégré est formé dans une discipline ou une spécialité. Il est reconnu comme étant un expert dans son domaine ou sa profession.

### Section II – L'affiliation

52. Une compétition doit être sanctionnée par Patinage Québec.
53. Un spectacle à caractère sportif doit être sanctionné par Patinage Québec.

### Section III – Les catégories

#### Compétition

54. Les catégories de compétition doivent être conformes aux règles de compétition du patinage artistique et du patinage synchronisé de Patinage Québec et sont établies de cette façon :

<u>Catégories</u>	<u>Âge en simple (au 1<sup>er</sup> juillet de l'année en cours)</u>	<u>Âge en couple (au 1<sup>er</sup> juillet de l'année en cours)</u>	<u>Âge en danse (au 1<sup>er</sup> juillet de l'année en cours)</u>	<u>Âge en patinage synchronisé (au 1<sup>er</sup> juillet de l'année en cours)</u>
<u>Relève (simple)/élémentaire (synchro)</u>	<u>Moins de 10 ans (2022-2023)</u> <u>Moins de 7 ans (2023-2024)</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>
<u>Sans limites</u>	<u>Moins de 10 ans</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>
<u>Pré-Juvenile</u>	<u>Moins de 11 ans</u>	<u>n.a.</u>	<u>Moins de 14 ans</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>
<u>Juvenile</u>	<u>Moins de 14 ans</u>	<u>Moins de 16 ans</u>	<u>Moins de 16 ans</u>	<u>Moins de 15 ans et 75% de l'équipe moins de 13 ans</u>
<u>Pré-Novice</u>	<u>Moins de 16 ans</u>	<u>Moins de 18 ans</u>	<u>Moins de 18 ans</u>	<u>Moins de 18 ans</u>
<u>Novice</u>	<u>Moins de 17 ans</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Moins de 19 ans (f), Moins de 21 ans (g)</u>	<u>Moins de 15 ans</u>
<u>Junior</u>	<u>Moins de 19 ans</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Moins de 19 ans (f), Moins de 21 ans (g)</u>	<u>13 à 18 ans</u>
<u>Senior</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>15 ans et plus</u>
<u>Senior Élite 12</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>15 ans et plus</u>
<u>Patinage Plus</u>	<u>4 à 6 ans (recommandé)</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>
<u>STAR</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>	<u>Aucune limite d'âge</u>
<u>Jeunes adultes</u>	<u>18 à 24 ans</u>	<u>18 à 24 ans</u>	<u>18 à 24 ans</u>	<u>n.a.</u>
<u>Adulte Catégorie I</u>	<u>25 à 35 ans</u>	<u>25 à 35 ans</u>	<u>25 à 35 ans</u>	<u>n.a.</u>
<u>Adulte Catégorie II</u>	<u>36 à 45 ans</u>	<u>36 à 45 ans</u>	<u>36 à 45 ans</u>	<u>n.a.</u>
<u>Adulte Catégorie III</u>	<u>46 à 55 ans</u>	<u>46 à 55 ans</u>	<u>46 à 55 ans</u>	<u>n.a.</u>
<u>Adulte Catégorie IV</u>	<u>56 ans et plus</u>	<u>56 ans et plus</u>	<u>56 ans et plus</u>	<u>n.a.</u>
<u>Intermédiaire</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>Moins de 19 ans</u>
<u>Ouverte</u>	<u>n.a.</u>	<u>18 ans et plus</u>	<u>n.a.</u>	<u>15 ans et plus</u>
<u>Adulte I</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>18 ans et plus</u>
<u>Adulte II</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>18 ans et plus et 75% de l'équipe 25 ans et plus</u>
<u>Adulte III</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>n.a.</u>	<u>18 ans plus et 75% de l'équipe 35 ans et plus</u>

### Section IV – Les responsabilités

#### Participant

55. L'équipement du participant doit être conforme à la section II du chapitre I du présent règlement.

56. Au cours d'un évènement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif, le participant a les mêmes responsabilités que celles édictées au chapitre II du présent document.
57. Tout participant ou le titulaire de l'autorité parentale dans le cas d'un mineur doit signer le formulaire de reconnaissance des risques avant de participer à un évènement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif. Le formulaire est disponible à Patinage Québec.

**Toutes personnes participantes à une compétition ou impliquées dans l'organisation de celle-ci**

58. Toutes les personnes impliquées dans l'organisation ou participant à une compétition doivent suivre les règles de compétition du patinage artistique et du patinage synchronisé et les directives de Patinage Québec, du club/école ou de l'association régionale hôte de la compétition.

## CHAPITRE IV – LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES APPELÉES À JOUER UN RÔLE AUPRÈS DES PARTICIPANTS

### Section I – La formation

#### La qualification des entraîneurs et des assistants de programme

59. Pour être assistant de programme, une personne doit être un adhérent.
60. Les assistants de programme sont formés par les entraîneurs pour épauler ces derniers lors des entraînements et des événements.
61. Pour être entraîneur, une personne doit :
- Être membre de Patinage Canada et Patinage Québec comme entraîneur;
  - Être détenteur d'un certificat de secourisme valide;
  - Avoir la certification du PNCE exigée par Patinage Canada et par Patinage Québec pour le programme enseigné;
  - Avoir réussi l'évaluation Prise de décisions éthiques du PNCE;
  - Avoir réussi la formation Respect et Sport.

Niveau de certification	Niveau de l'athlète
Entraîneur de club – Patinage Plus (PNCE – S'amuser grâce au sport)	Athlète Patinage Plus seulement
Entraîneur régional STAR (PNCE – Apprendre à s'entraîner)	Athlète de tous les niveaux sauf lors des programmes études Patinage Québec
Entraîneur provincial (PNCE – S'entraîner à s'entraîner)	Tous les niveaux sauf lors des programmes Sport-études et Alliance Sport-études
Entraîneur national (PNCE – S'entraîner à la compétition, compétition-développement)	Tous les niveaux incluant lors des programmes études Patinage Québec
Diplôme avancé d'entraînement	Tous les niveaux incluant lors des programmes études Patinage Québec

#### Les qualifications de l'équipe de soutien intégré

62. Les membres de l'équipe de soutien intégré doivent avoir une assurance responsabilité civile.

#### Les qualifications des officiels

63. Les officiels sont formés dans le cadre de leur certification du programme de formation des officiels de Patinage Canada pour agir auprès des participants et des entraîneurs. Pour être officielle, une personne doit :
- Être adhérent en règle de Patinage Canada et Patinage Québec;
  - Avoir réussi la formation Respect et Sport.

### Les qualifications des clubs et des écoles

64. Les clubs et les écoles ont les obligations suivantes :
- a. Être des organismes sans but lucratif au sens de la Loi sur les compagnies du Québec (notez que cette obligation ne s'applique que pour les nouveaux clubs ou écoles de patinage);
  - b. S'assurer de respecter la Loi sur les compagnies du Québec;
  - c. Veiller à ne pas compromettre le statut d'admissibilité d'un membre;
  - d. Verser toutes les cotisations dues et s'acquitter de toutes ses dettes envers Patinage Canada et Patinage Québec;
  - e. S'assurer que tous les patineurs, les officiels, les bénévoles et les administrateurs actifs au club ou à l'école de patinage sont des adhérents en règle de Patinage Québec;
  - f. Garder confidentiels les coordonnées des membres ou tout autre renseignement qu'il lui aura transmis;
  - g. S'assurer que les programmes offerts sont des programmes de Patinage Canada ou de Patinage Québec et respectent les normes minimales de prestation des programmes de Patinage Québec;
  - h. Respecter le présent règlement de sécurité.
65. Ils doivent également respecter les lois en vigueur au Québec.

## Section II – Les responsabilités

### Entraîneur

66. L'entraîneur doit :
- 1° Informer les participants des règles de sécurité contenues dans le présent règlement;
  - 2° Former les participants et les assistants de programme au bon déroulement des séances d'entraînement;
  - 3° À l'entraînement, voir au respect des normes de sécurité mentionnées aux chapitres I et II, à l'exception de l'article 27. L'entraîneur doit connaître l'endroit où se trouve la trousse de premiers soins et y avoir accès facilement;
  - 4° En compétition, voir au respect de la section IV du chapitre II du présent règlement et de souligner au représentant technique tout manquement aux règles de compétition édictées dans la section IV du chapitre III;
  - 5° Voir à former les participants au déroulement des événements;
  - 6° Participer à l'organisation et au déroulement des événements;
  - 7° Promouvoir l'esprit sportif;

- 8° Retirer immédiatement de la compétition ou de l'entraînement un participant soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale en respectant le [Protocole de gestion des commotions cérébrales et suivre la Fiche de suivi](#) pour la gestion des commotions cérébrales du ministère. Dans ce cas, l'entraîneur doit s'assurer de remplir le rapport d'incident;
- 9° En cas de blessure, s'assurer que le participant puisse recevoir des soins;
- 10° Rédiger un rapport d'incident dès qu'un incident survient lors des entraînements et des événements;
- 11° Ne pas consommer de drogue, de substance dopante et de boisson alcoolisée;
- 12° Refuser l'entraînement, le test ou la compétition à tout participant ayant consommé de la drogue, des substances dopantes ou des boissons alcoolisées;
- 13° Signaler à la personne responsable ou au directeur de la sécurité tout bris ou mauvais fonctionnement des équipements et des installations;
- 14° Avoir à sa disposition les numéros de téléphone des parents ou du titulaire de l'autorité parentale;
- 15° Superviser l'apprentissage des nouvelles techniques de patinage et s'assurer que celles-ci soient pratiquées en tout temps de façon sécuritaire.

### **Club ou École**

67. Le club ou l'école a les responsabilités suivantes :

- 1° Voir au respect des normes de sécurité mentionnées aux chapitres I et II;
- 2° Mettre les ressources humaines et matérielles à la disposition des intervenants pour l'application du présent règlement;
- 3° Réaliser à l'intention de tous ses intervenants un programme annuel d'information et de sensibilisation sur le présent règlement;
- 4° Rédiger un rapport d'incident pour tout incident survenu lors des entraînements et des événements, n'impliquant pas la présence d'un entraîneur; cette mesure ne concerne pas les compétitions;
- 5° S'assurer qu'un rapport d'incident a été rédigé par l'entraîneur lorsqu'un incident survient au cours des entraînements et des événements; cette mesure ne concerne pas les compétitions;
- 6° S'assurer que tous les participants bénéficient d'une couverture d'assurances responsabilité civile;

- 7° S'assurer que les entraîneurs sont qualifiés selon les critères indiqués à la section I du présent chapitre;
- 8° S'assurer que les membres de l'équipe de soutien intégré sont qualifiés selon les critères indiqués à la section I du présent chapitre.

**Membre de l'équipe de soutien intégré**

68. Le membre de l'équipe de soutien intégré a les responsabilités suivantes :

- 1° À l'entraînement, voir au respect des normes de sécurité mentionnées aux chapitres I et II, à l'exception de l'article 27. Le membre de l'équipe de soutien intégré doit connaître l'endroit où se trouve la trousse de premiers soins et y avoir accès facilement;
- 2° En compétition, voir au respect de la section II du chapitre IV du présent règlement et de souligner au représentant technique tout manquement aux règles de compétition édictées à la section IV du chapitre III;
- 3° Promouvoir l'esprit sportif;
- 4° Retirer immédiatement de la compétition ou de l'entraînement un participant soupçonné d'avoir subi une commotion cérébrale en respectant le [Protocole de gestion des commotions cérébrales et suivre la Fiche de suivi](#) pour la gestion des commotions cérébrales du ministère. Dans ce cas, le membre de l'équipe de soutien intégré doit s'assurer de remplir le rapport d'incident;
- 5° En cas de blessure, s'assurer que le participant puisse recevoir des soins;
- 6° Rédiger un rapport d'incident dès qu'un incident survient lors des entraînements et des événements;
- 7° Ne pas consommer de drogue, de substance dopante et de boisson alcoolisée;
- 8° Refuser l'entraînement, le test ou la compétition à tout participant ayant consommé de la drogue, des substances dopantes ou des boissons alcoolisées;
- 9° Signaler à la personne responsable ou au directeur de la sécurité tout bris ou mauvais fonctionnement des équipements et des installations;
- 10° Avoir à sa disposition les numéros de téléphone des parents ou du titulaire de l'autorité parentale;
- 11° Superviser l'apprentissage des nouvelles techniques d'entraînement et s'assurer que celles-ci soient pratiquées en tout temps de façon sécuritaire.

## CHAPITRE V – LA FORMATION ET LES RESPONSABILITÉS DES PERSONNES CHARGÉES DE L'APPLICATION DES RÈGLES DE JEU ET DES RÈGLES DE SÉCURITÉ, INCLUANT NOTAMMENT LES RESPONSABILITÉS À L'ÉGARD DE LA PRÉVENTION DES INCIVILITÉS

### Section I – La formation et les responsabilités des officiels

#### Accréditation

69. L'officiel doit respecter la section I du chapitre IV du présent règlement pour pouvoir officier.

#### Pouvoirs et responsabilités de l'officiel

70. L'officiel a les pouvoirs et les responsabilités suivantes :

- 1° Faire appliquer les règles de compétition de patinage artistique et de patinage synchronisé de Patinage Québec;
- 2° Rapporter à l'arbitre toute situation problématique et qui peut mettre en cause la sécurité des participants, des personnes encadrant les participants et les spectateurs;
- 3° Ne pas consommer ou être sous l'influence de drogue, de substance dopante ou de boisson alcoolisée;
- 4° L'arbitre a des pouvoirs et des responsabilités liés plus précisément à sa fonction, il doit :
  - 1° Suspendre, arrêter ou retarder le déroulement de la compétition si les équipements ou les installations sont en mauvais états ou pour toutes autres raisons de sécurité;
  - 2° Exclure tout participant qu'il juge sous l'influence de boisson alcoolique, de drogue ou de substance dopante;
  - 3° Arrêter une performance ou un échauffement s'il juge qu'il y a eu un impact à la tête pour un patineur.
- 5° Le représentant technique a des pouvoirs et des responsabilités liés plus précisément à sa fonction, il doit :
  - 1° S'assurer que l'activité se déroule, conformément aux règlements de compétition de Patinage Québec;
  - 2° S'assurer que le présent règlement soit respecté à tout moment de l'évènement.

## Section II – La formation et les responsabilités de l'organisateur

### Organisateur

71. Le membre doit nommer une personne majeure, responsable de l'organisation.

### Responsabilités de l'organisateur

72. L'organisateur doit :

- 1° Obtenir la sanction appropriée de la part de Patinage Canada, de Patinage Québec ou de l'association régionale selon le cas;
- 2° Faire appel à l'expertise d'un ou des entraîneur(s) pour l'organisation, le déroulement et la supervision d'un évènement;
- 3° S'assurer que tout participant ou titulaire de l'autorité parentale dans le cas d'un mineur signe la clause de reconnaissance des risques avant de participer à un évènement. Le libellé de la clause est disponible à Patinage Québec;
- 4° Retenir les services d'un représentant technique, d'officiels et d'arbitres accrédités par Patinage Québec à l'occasion de compétitions sanctionnées;
- 5° S'assurer de la sécurité des spectateurs lors des évènements, des compétitions et des spectacles à caractère sportif.

## Section III – La formation et les responsabilités des directeurs de la sécurité

### Responsables de la sécurité

73. Patinage Québec a créé trois niveaux de responsables :

- 1° Directeur provincial de la sécurité;
- 2° Directeur régional de la sécurité;
- 3° Directeur local de la sécurité.

### Critères d'admissibilité

74. Un directeur de la sécurité doit :

- a. Être majeur;
- b. Être nommé par résolution du conseil d'administration du club, de l'école, de l'association régionale ou de Patinage Québec selon le cas;
- c. Être adhérent en règle de Patinage Québec.

### Responsabilités du directeur provincial de la sécurité

75. Le directeur provincial de la sécurité doit :

- 1° Connaître le présent règlement et en assurer la diffusion;
- 2° Assurer la formation des directeurs régionaux et locaux de la sécurité;
- 3° Instaurer un système provincial de cueillette de statistiques sur les accidents en provenance des clubs, des écoles et des associations régionales;
- 4° Recommander, s'il y a lieu, des améliorations à apporter au présent règlement à Patinage Québec;
- 5° Soutenir les directeurs locaux de la sécurité dans l'élaboration de leur réglementation.

### Responsabilités du directeur régional de la sécurité

76. Le directeur régional de la sécurité doit :

- 1° Connaître le présent règlement et le diffuser dans les clubs et écoles de la région;
- 2° Tenir une liste à jour de tous les directeurs locaux de sa région comprenant leur nom et leurs coordonnées;
- 3° Conseiller les clubs et les écoles dans l'élaboration de leur réglementation locale de sécurité;
- 4° S'assurer que le [\*Protocole de gestion des commotions cérébrales du ministère ainsi que la Fiche de suivi\*](#) sont connus des directeurs locaux de la sécurité.

**Responsabilités du directeur local de la sécurité**

77. Le directeur local de la sécurité doit :

- 1° Connaître le présent règlement et le diffuser à tous les intervenants;
- 2° Sensibiliser les intervenants à l'action sécurité;
- 3° S'assurer pour chaque séance d'entraînement ou chaque évènement prévu par un club ou une école qu'une personne soit dûment mandatée pour assurer le respect et l'application des dispositions du présent règlement;
- 4° Faire un rapport régulièrement au conseil d'administration du club ou de l'école ou au propriétaire de l'école et au directeur régional de la sécurité sur les incidents survenus et les actions posées;
- 5° Proposer, si requis, une réglementation particulière au point de vue de la sécurité au sein de son club ou de son école;
- 6° S'assurer que le [Protocole de gestion des commotions cérébrales du ministère ainsi que la Fiche de suivi](#) sont connus des entraîneurs, des équipes de soutien intégré, des officiels, des parents et des participants.

## CHAPITRE VI – L'ORGANISATION ET LE DÉROULEMENT D'UN ÉVÈNEMENT, D'UNE COMPÉTITION OU D'UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### Section I – L'organisation et le déroulement

#### Compétition

78. L'organisateur doit suivre les règles de compétition de patinage artistique et de patinage synchronisé de Patinage Québec

#### Spectacle à caractère sportif

79. À l'occasion d'activités spéciales, telles revues sur glace, démonstrations ou exhibitions, l'organisateur, en plus de respecter les articles de la section II du chapitre V du présent règlement, doit :

- 1° S'assurer, avec l'aide d'un ou des entraîneurs, que les participants sont répartis dans des groupes tenant compte de l'âge et du niveau des participants.

### Section II – La sécurité

80. Sur le plan de la sécurité, l'organisateur doit :

1. Faire appel au directeur de la sécurité du niveau concerné (local, régional, provincial) pour le respect et l'application du présent règlement;
2. Offrir des services, des équipements et des installations conformes à ceux mentionnés aux chapitres VII et VIII;
3. S'assurer que les déplacements des spectateurs dans les gradins ou dans les espaces prévues pour eux se font de manière sécuritaire avec l'éclairage nécessaire;
4. S'assurer que les déplacements des participants et des entraîneurs se font de manière sécuritaire avec l'éclairage nécessaire;
5. Interdire aux spectateurs l'utilisation d'appareils photographiques avec lampe-éclair;
6. S'assurer de la présence d'une personne, ayant suivi avec succès un stage de formation en premiers soins équivalent au cours de secourisme général, sur place tout au long de l'évènement possédant sur elle, en tout temps, un téléphone, un walkie-talkie ou un autre moyen de communication. Cette personne doit pouvoir intervenir dans les secondes suivant un incident possible;
7. S'assurer que le personnel de premiers soins reçoive une copie du [Protocole de gestion des commotions cérébrales du ministère avant l'évènement et de la Fiche de suivi](#) du ministère;

8. Rédiger un rapport d'incident pour tout incident n'impliquant pas la présence d'un entraîneur ou du personnel de premiers soins;
9. S'assurer qu'un rapport d'incident a été rédigé par l'entraîneur ou le personnel de premiers soins lorsqu'un incident survient au cours de l'évènement;

### Spectacle à caractère sportif

10. S'assurer que les entrées et les sorties sur la glace sont connues des participants et des entraîneurs. Elles doivent être dégagées, éclairées suffisamment et sécuritaires;
11. S'assurer que l'éclairage de la glace est adéquat en respectant la thématique du spectacle;
12. Interdire l'usage de pièces pyrotechniques, à moins d'approbation du service d'incendie ou du service technique concerné de la municipalité;
13. Interdire en tout temps le lancement de fleurs ou autre cadeau sur la glace;
14. S'assurer que les personnes responsables interrompent le programme en cours et la musique si un patineur tombe et ne se relève pas dans les cinq (5) secondes suivant sa chute afin de permettre aux entraîneurs ou aux personnels de premiers soins d'intervenir;
15. Aviser les participants que le programme et la musique seront interrompus si un patineur tombe et ne se relève pas dans les cinq (5) secondes suivant sa chute;
16. Aviser les participants qu'ils doivent arrêter tout déplacement et demeurer sur place lorsque le programme et la musique sont interrompus et attendre les directives qui leur seront transmises avant de poser toute action ou geste.

### **Installation et réparation d'équipements, d'estrades, de banderoles ou de décors**

81. Les bénévoles agissant sur la glace doivent respecter les exigences de l'article 23 du présent règlement. En tout temps, les bénévoles agissant sur la glace en bottes ou souliers doivent porter un casque homologué CAN3-Z262.1 ou CAN/CSA-Z262.1. De plus, il est recommandé que ces bénévoles portent des crampons ou respectent les directives du gestionnaire de l'aréna.
82. Il est recommandé que les bénévoles agissant sur la glace en bottes ou en souliers évitent d'être sur une glace venant d'être arrosée.

## CHAPITRE VII – LES LIEUX OÙ SE DÉROULE UN ÉVÈNEMENT, UNE COMPÉTITION OU UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### Section I – Les installations sportives requises

#### Tenue d'évènement

83. Un club ou une école sanctionnée peut tenir un évènement.

#### Compétition provinciale

84. Les installations sportives requises pour tenir une compétition provinciale doivent respecter minimalement le chapitre I du présent document.

#### Compétitions régionales ou locales

85. Les installations sportives requises pour tenir une compétition régionale ou locale doivent respecter minimalement le chapitre I du présent document.

### Section II – Le déroulement et la supervision

#### Visite technique

86. Patinage Québec se réserve le droit d'effectuer une (1) ou des visite(s) technique(s) avant la présentation d'une compétition afin de vérifier que toutes les exigences liées à l'organisation d'une compétition soient respectées, dont le présent règlement.

### Section III – L'accessibilité et la conformité des lieux

87. Les installations doivent respecter toutes les normes et procédures qui régissent la gestion des arénas et des surfaces glacées afin d'y assurer une pratique sécuritaire. Ces normes s'appliquent principalement aux arénas et aux surfaces glacées intérieures et réglementent, entre autres, l'installation des équipements et la qualité de l'air.

## CHAPITRE VIII – LES INSTALLATIONS ET LES ÉQUIPEMENTS UTILISÉS LORS D’UN ÉVÈNEMENT, D’UNE COMPÉTITION OU D’UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### Section I – Les installations sportives et les équipements

88. Les installations et équipements doivent respecter les exigences du chapitre I et VII du présent règlement.

Toutefois, lors de compétition, une porte peut être ouverte. Cependant, une barrière doit être placée de façon à empêcher le participant de glisser hors de la glace.

#### **Estrades**

89. L'estrade temporaire érigée pour les officiels doit assurer leur sécurité et, tout comme l'escalier pour y accéder, doit être munie d'une rampe.

#### **Bandes**

90. Les banderoles et panneaux-réclames fixés sur les bandes doivent être libres d'aspérités et solidement fixés sans toutefois toucher la glace.

## CHAPITRE IX – LES SERVICES ET ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ REQUIS LORS D’UN ÉVÈNEMENT, D’UNE COMPÉTITION OU D’UN SPECTACLE À CARACTÈRE SPORTIF

### Section I – Les services de premiers soins et services médicaux

#### Personnel de premiers soins

91. Une personne ayant suivi avec succès un stage de formation en premiers soins équivalent au cours de secourisme général doit être présente lors d’un événement, d’une compétition ou d’un spectacle à caractère sportif. Cette personne doit recevoir une copie du [Protocole de gestion des commotions cérébrales](#) du ministère avant l’évènement et de la [Fiche de suivi](#) du ministère à remplir en cas de besoin. Cette personne devra s’assurer de retirer immédiatement de l’évènement tout participant soupçonné d’avoir subi une commotion cérébrale et de suivre la *Fiche de suivi* pour la gestion des commotions cérébrales. Cette personne doit pouvoir communiquer avec l’organisateur à tout moment et interrompre l’évènement, s’il y a lieu, pour la sécurité de tous les patineurs. De plus, elle doit rédiger un rapport d’incident pour tout incident auquel elle a dû intervenir lors de l’évènement.
92. Au regard de l’Entente entre le Collège des médecins du Québec (CMQ) et l’Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec (OPPQ) du 21 mai 2020, le personnel de premiers soins peut être un physiothérapeute s’il répond aux exigences de l’entente.
93. Le personnel de premiers soins intervient auprès de toutes personnes impliquées dans un incident qu’il en soit témoin ou non.

#### Déplacement sur la glace

94. Le personnel de premiers soins se doit de suivre les articles 23, 81 et 82 du présent règlement s’il doit se déplacer sur la glace lors d’une de ses interventions.

### Section II – L’équipement de sécurité et les mesures d’urgence

#### Trousse de premiers soins

95. Une trousse de premiers soins doit être disponible en tout temps (voir Annexe I).

#### Communications

96. Un moyen de communication (téléphone, cellulaire, radio émetteur) doit être accessible en tout temps sur les lieux de l’évènement.

#### Numéros

97. Près du téléphone, les numéros suivants doivent être affichés :

- |                        |                         |
|------------------------|-------------------------|
| 1° Ambulance;          | 3° Police;              |
| 2° Centre hospitalier; | 4° Service d’incendies. |

#### Glace

98. De la glace ou un produit équivalent doit être disponible sur le site de l’évènement pour les services de premiers soins.

## CHAPITRE X – LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMPORTEMENTS SUSCEPTIBLES DE METTRE EN PÉRIL LA SÉCURITÉ ET L'INTÉGRITÉ PHYSIQUE OU PSYCHOLOGIQUE DES PERSONNES

### Préambule

Dans le cadre de sa mission, Patinage Québec a la responsabilité de protéger ses membres et ses adhérents en leur offrant un environnement sécuritaire, juste et dans lequel ils peuvent avoir confiance, et ce, pour tous les niveaux et à tous les paliers, qu'ils soient locaux, régionaux, provinciaux, nationaux ou internationaux.

Ainsi, Patinage Québec n'entend tolérer aucune forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence, physique, psychologique ou sexuelle, et ce, dans tous les programmes et activités sanctionnés et dispensés par elle-même et par ses membres.

Patinage Québec reconnaît l'importance de prendre les moyens raisonnables afin de prévenir et d'intervenir pour faire cesser toute forme d'abus, de harcèlement, de négligence ou de violence lorsqu'une telle pratique est portée à sa connaissance.

### Section I – La prévention et la détection de comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique

#### Pratique saine et sécuritaire

99. Le présent règlement de sécurité fait partie des règles auxquelles tout membre et adhérent de Patinage Québec est obligatoirement soumis. Il énonce un ensemble de dispositions applicables afin d'évoluer dans le milieu de manière saine et sécuritaire.

Par ailleurs, Patinage Québec déclare adhérer à l'Avis sur l'éthique en loisir et en sport, du ministère de L'Éducation, dont l'objectif principal est la reconnaissance des valeurs tels l'équité, la persévérance, le plaisir, la santé, la sécurité et l'intégrité, et la préservation d'un milieu du loisir et du sport sûr et accueillant pour tous.

#### Aide, accompagnement, référencement

100. Patinage Québec incite ses membres et adhérents à faire preuve de vigilance afin de détecter et dénoncer tout comportement inapproprié qui porte atteinte à l'intégrité physique ou psychologique d'une personne lors de la pratique du patinage artistique et du patinage synchronisé. À cette fin, Patinage Québec a des codes de conduite à respecter et s'assure de leur diffusion et de leur promotion auprès des membres et des adhérents.

Dès son adhésion, tout membre et adhérent doit être informé, par écrit, de l'existence de ces codes de conduite.

De plus, Patinage Québec s'engage à chaque début de saison à rappeler à ses membres et adhérents de revoir les codes de conduite qui les concernent.

### **Filtrage**

101. Patinage Québec a mis en place des directives en matière de filtrage pour toutes personnes susceptibles d'entrer en contact avec des personnes mineures ou des personnes vulnérables dans le cadre de ses fonctions. Cette mesure vise tous les entraîneurs, les officiels, les assistants de programme de plus de 18 ans, les administrateurs de Patinage Québec, des associations régionales, des clubs et des écoles de Patinage Québec.

### **Formation**

102. Patinage Québec s'engage à promouvoir auprès de ses membres et de ses adhérents et les encourage à participer à des formations en matière de protection de l'intégrité. Ces formations devront avoir été approuvées au préalable par Patinage Québec. Cette dernière s'engage également à faire connaître ces formations par le biais de son site internet.

Patinage Québec peut également exiger la participation de certaines catégories de membres et d'adhérents à des formations, des conférences, ou d'autres outils en rapport avec l'intégrité. Elle peut contrôler et s'assurer de la présence des personnes convoquées à participer ou en faire une condition préalable à la pratique de l'activité (entraîner, administrer, jouer ou autre).

## **Section II – Le suivi des comportements susceptibles de mettre en péril la sécurité et l'intégrité physique ou psychologique**

103. Un processus de suivi de ces comportements est proposé par Patinage Québec, notamment par l'entremise d'un mécanisme indépendant de traitement des plaintes, Patinage en sécurité, qui détermine les sanctions à appliquer par Patinage Québec, le cas échéant.

Ainsi toute personne impliquée doit dénoncer, tout abus, harcèlement, négligence, ou violence sous toutes ses formes commis sur une personne qui est elle aussi impliquée dans le milieu du patinage artistique et du patinage synchronisé, qu'elle soit mineure ou majeure. Tout membre ou adhérent de Patinage Québec doit collaborer au processus de traitement d'une plainte et respecter la confidentialité inhérente au traitement de celle-ci.

Patinage Québec s'engage à respecter et mettre en place, le cas échéant, en collaboration avec ses membres et adhérents s'il y a lieu, les mesures appropriées afin d'appliquer les décisions et sanctions rendues par Patinage en sécurité.

### Section III – Les bagarres

104. Afin de prévenir la violence physique et psychologique pouvant entraîner des blessures mineures, graves ou dans des circonstances extrêmes un décès, Patinage Québec a la responsabilité d'établir des règles d'intervention lorsque survient une bagarre, entre deux (2) personnes ou plus, dans le cadre d'un événement sportif (joute ou compétition) et ce, peu importe qu'il s'agisse de participants ou d'autres membres, adhérents ou personnes de l'entourage des membres ou adhérents (entraîneur, assistant de programme, soigneur, parents, etc.)

Patinage Québec s'assurera que les sanctions mentionnées dans les deux prochains paragraphes s'appliquent obligatoirement dès qu'un événement sportif implique la présence de personnes de moins de 18 ans.

Dès qu'une bagarre survient, les personnes impliquées doivent systématiquement être expulsées de l'événement sportif et ce, qu'elles soient initiatrices ou pas de la bagarre.

Également, ces mêmes personnes devront faire l'objet minimalement d'une suspension lors du prochain événement sportif (par exemple, suspension pour la prochaine compétition, revue sur glace).

Le cas échéant, Patinage Québec pourrait demander à ses membres une liste des expulsions et suspensions survenues au cours d'une année.

## CHAPITRE XI – LE CONTRÔLE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PARTICIPANTS

Dans le cadre de sa mission, Patinage Québec a la responsabilité de protéger ses membres en leur assurant une pratique sportive saine et sécuritaire. Elle reconnaît que compte tenu de la nature de l'activité, du contexte de pratique ainsi que l'historique et la culture de la discipline, les participants peuvent encourir un risque faible d'impact néfaste sur leur santé.

D'autres éléments sont également susceptibles d'affecter la santé des participants, notamment : l'usage de drogues, de substances dopantes, de boissons énergisantes, d'alcool, des régimes, de la mauvaise utilisation des équipements, du surentraînement [overuse], etc.

### Section I – L'antidopage

105. Les membres et les adhérents doivent suivre la Politique antidopage de Patinage Canada.
106. Aucune personne impliquée dans le milieu (participant, entraîneur, bénévole, parent, administrateur, salarié, fournisseur ou autre) ne doit faire usage ou être sous l'effet de drogues, substances dopantes ou autre produit prohibé durant une activité sanctionnée par Patinage Québec (entraînement, partie, compétition, etc.).
107. Les membres et les adhérents doivent prendre connaissance du Programme canadien antidopage (PCA), de la plateforme mondiale d'éducation et d'apprentissage en matière de lutte contre le dopage de l'Agence mondiale antidopage (AMA), des outils d'éducation du Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES).
108. Patinage Québec rappelle que les athlètes qui participent à certaines compétitions peuvent être soumis à des contrôles sporadiques du dopage, effectués en vertu des programmes mentionnés ci-haut. Ils doivent donc s'abstenir d'utiliser toute substance pouvant s'avérer interdite. Les athlètes sont encouragés à s'informer auprès des organismes appropriés avant d'utiliser ladite substance.

### Section II – La santé générale des participants

109. Tous les membres et les adhérents doivent respecter la Politique de signalement et de gestion des blessures de Patinage Canada et de Patinage Québec qui consiste à :
  - Établir la procédure de déclaration et de gestion des incidents (blessures, accidents, commotions cérébrales);
  - Inciter les membres et adhérents à signaler de bonne foi les incidents de blessures;
  - Traiter des réclamations possibles;
  - Agir de manière à être équitable et juste pour tous.

#### **Le retour progressif à la suite d'une commotion cérébrale**

110. Tous les membres et les adhérents doivent respecter les exigences du chapitre XII du présent règlement.

**L'utilisation adéquate des équipements (casque-gants-lunettes, etc.)**

111. Tous les membres et les adhérents doivent respecter les exigences du Chapitre I, Section II du présent règlement concernant les équipements d'entraînement.

**Les régimes alimentaires et les pesées**

112. Les membres et les adhérents doivent suivre les lignes directrices sur la positivité corporelle de Patinage Canada qui consiste à :

- Fixer des limites quant aux pratiques, au langage et aux comportements acceptables des entraîneurs, des parents, des officiels, des bénévoles et des membres du personnel, lorsqu'ils travaillent avec des athlètes de tout âge, de tout genre et de toutes habiletés de patinage.
- À faire la promotion d'une image corporelle positive favorisant une meilleure santé physique et mentale des participants;
- Donner des outils pour améliorer la perception qu'ont les athlètes de leur image corporelle;
- Donner des outils aux entraîneurs.

113. Si les participants ont besoin de régimes alimentaires, les entraîneurs doivent absolument utiliser les services d'expert en nutrition pour concevoir des régimes adéquats et adaptés.

**Le surentraînement (overuse)**

114. Les entraîneurs doivent éviter les abus et le surentraînement des participants.

## CHAPITRE XII – LA PRÉVENTION, LA DÉTECTION ET LE SUIVI DES COMMOTIONS CÉRÉBRALES

Patinage Québec reconnaît que la pratique du patinage artistique et de patinage synchronisé peut comporter des risques *faibles à modérés* de blessures, notamment des commotions cérébrales. Lorsqu'une telle blessure survient, il est primordial d'appliquer les procédures reconnues en matière de prévention et de gestion de telles situations.

Tous les membres, les adhérents et toutes personnes impliquées lors d'un entraînement ou une compétition doivent connaître leurs rôles et responsabilités à cet égard.

### Section I – La prévention, l'information et la sensibilisation

115. Patinage Québec doit informer ses membres, ses adhérents et toutes personnes impliquées lors d'un entraînement ou d'un événement aux risques de commotions cérébrales associés à la pratique du patinage artistique.
116. Patinage Québec fait la promotion du Protocole de gestion des commotions cérébrales du ministère de l'Éducation pour la prévention, l'information et la sensibilisation des commotions cérébrales.
117. Patinage Québec met à la disposition de ses membres et de ses adhérents une application électronique donnant de l'information sur les commotions cérébrales dans la pratique du patinage artistique et du patinage synchronisé.

### Section II – La détection et la gestion

118. Tous les membres et les adhérents impliqués dans un entraînement ou un événement doivent mettre en application l'ensemble des directives incluses dans le [Protocole de gestion des commotions cérébrales ainsi que la Fiche de suivi](#) du ministère de l'Éducation ([www.education.gouv.qc.ca/commotion](http://www.education.gouv.qc.ca/commotion) ou [www.education.gouv.qc.ca/concussion](http://www.education.gouv.qc.ca/concussion))

Ce protocole fait état notamment :

- De ce qu'est une commotion cérébrale;
- Du retrait immédiat du participant en cas d'un incident ou soupçon d'une commotion;
- De l'importance de consigner l'incident;
- Des informations permettant d'identifier les signaux d'alerte et des symptômes observés et ressentis par le participant;
- Des circonstances clés nécessitant une évaluation médicale en urgence ou en clinique;
- D'un plan détaillé du retour à l'activité récréative, scolaire et sportive;
- Du rôle et responsabilité de chacun des acteurs (entraîneur, parents, participants, etc.);
- De l'outil de consignation qu'est la fiche de suivi.

119. Patinage Québec s'engage à :

- a. Aviser les participants, les tuteurs ou parents, en début de saison, de l'application du protocole par ses membres ou ses adhérents;
- b. Avoir une communication efficace entre les différents intervenants et parents lors d'un incident laissant présager une possible commotion cérébrale lors de ses événements;
- c. Déclarer tous les incidents laissant présager une possible commotion cérébrale à Patinage Canada;
- d. Demander à ses clubs et écoles de tenir un registre des incidents permettant de faire un suivi individuel des commotions cérébrales survenues en cours de saison;
- e. Demander à ses clubs et écoles d'avoir des installations respectant le présent règlement, diminuant les risques possibles de subir une commotion cérébrale.

## CHAPITRE XIII – LES SANCTIONS EN CAS DE NON-RESPECT DU RÈGLEMENT

### Section I – Les infractions

#### Avis d'infraction

120. Patinage Québec doit aviser le contrevenant par écrit de chaque infraction qui lui est reprochée et l'inviter à se faire entendre lors d'une audience dans un délai raisonnable.

#### Processus de contestation

121. Patinage Québec sera responsable de l'organisation de la rencontre avec le contrevenant s'il y a lieu et pour la mise en place d'un comité de gestion de conflit si nécessaire.

122. Le comité de gestion de conflits propose au conseil d'administration de Patinage Québec une décision à prendre à la suite de la rencontre avec le contrevenant. Le conseil d'administration aura autorité dans la prise de décision.

123. Les décisions rendues par un officiel conformément aux règles de compétition et les sanctions qu'il impose, le cas échéant, sont exécutoires immédiatement et ne peuvent faire l'objet d'un appel devant le ministre. Dans le cas d'infractions majeures ou de l'accumulation d'infractions, des sanctions peuvent s'ajouter à celles rendues par l'officiel.

En cas de conflit entre le présent règlement de sécurité et toutes autres règles en vigueur à Patinage Québec, les dispositions de ce présent règlement de sécurité auront préséance.

### Section II – Les sanctions

#### Gradation des sanctions

124. Les sanctions imposées par Patinage Québec sont appliquées en fonction de la gravité de l'infraction commise. Patinage Québec applique les sanctions suivantes en cas de non-respect du présent règlement :

- a. **Réprimande** : Envoie d'un avis écrit au membre ou à l'adhérent concerné qu'il y a eu une infraction au présent règlement et ledit membre est averti que cette infraction ne doit pas se reproduire;
- b. **Retrait d'une sanction** : Refus d'accorder une sanction à un membre pour l'organisation d'un évènement, d'une compétition ou d'un spectacle à caractère sportif;
- c. **Suspension** : Imposition d'une suspension pour une période déterminée;
- d. **Expulsion** : Imposition d'une interdiction de pratiquer le sport et de participer à des évènements, des compétitions et des spectacles à caractère sportif;
- e. **Amende** : Imposition d'une sanction financière.

Section III – La décision et révision

**Organisateur**

125. Patinage Québec peut refuser à un organisateur qui contrevient au présent règlement le privilège de présenter un évènement, une compétition ou un spectacle à caractère sportif sanctionnés par elle pour le reste de la saison ou pour toute la durée de la saison suivante.

**Participant, intervenant, officiel, entraîneur ou un membre de l'équipe de soutien**

126. Patinage Québec peut, à son choix, réprimander, suspendre, expulser ou imposer une amende à un participant, un officiel, un entraîneur ou un membre de l'équipe de soutien intégré qui contrevient au présent règlement ou à une personne ayant été impliquée dans une bagarre.

**Club, école et association régionale**

127. Patinage Québec peut, à son choix, réprimander, suspendre, expulser ou imposer une amende à un club, une école ou une association régionale qui contrevient au présent règlement.

128. Patinage Québec doit expédier par courrier recommandé une copie de sa décision à la personne visée, dans un délai de dix (10) jours à compter de la date de cette décision et l'informer qu'elle peut en demander la révision par le ministre. Cette demande de révision doit être logée dans les 30 jours de la réception de la décision, conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports (L.R.Q., c.S-3.1).

## ANNEXE I – LE CONTENU RECOMMANDÉ DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Le membre doit s'assurer que le contenu de la trousse est propre, complet et en bon état. Le matériel doit être renouvelé au besoin, par exemple si le matériel n'a pas été remplacé après son utilisation, s'il est jauni ou sale, ou si la date d'expiration du matériel est passée. La trousse de secourisme devrait être vérifiée à chaque fois qu'elle est utilisée, et le matériel utilisé devrait être remplacé.

Il est recommandé que la trousse de premiers soins soit composée des éléments suivants :

1. 25 bandages adhésifs, stériles, de tailles assorties (bande standard, grande, bout du doigt, jointure, grande plaque);
2. 12 compresses de gaze, stériles, emballée individuellement 7,6 cm × 7,6 cm (3 po × 3 po);
3. 1 compresse abdominale, stérile, emballée individuellement 12,7 cm × 22,9 cm (5 po × 9 po);
4. 1 rouleau de bandage élastique, longueur non étirée, emballé individuellement 5,1 cm x 1,8 m (2 po × 2 verges);
5. 1 rouleau de bandage élastique, longueur non étirée, emballé individuellement 7,6 cm x 1,8 m (3 po × 2 verges);
6. 2 compresse/pansement compressif avec attaches, stérile 10,2 cm × 10,2 cm (4 po x 4 po);
7. 2 écharpes triangulaires, coton, avec 2 épingles de sécurité 101,6 cm X 101,6 cm X 142,2 cm (40 po x 40 po x 56 po);
8. 2,3 mètres de ruban adhésif 2,5 cm (1 po);
9. 25 lingettes de nettoyage des plaies, antiseptique (emballée individuellement);
10. 6 onguents antibiotiques, topiques (à usage unique) (conserver ces produits selon les normes du fabricant);
11. 6 lingettes de nettoyage des mains/ de la peau (si tampon avec alcool, ne jamais utiliser sur une blessure), emballée séparément (ou équivalente);
12. 1 dispositif de barrière pour réanimation cardio-pulmonaire (RCP), avec clapet unidirectionnel, muni d'un filtre EPA;
13. 4 paires de gants d'examen, jetables de qualité médicale, taille unique, sans latex, sans poudre;
14. 1 sac pour le recueil de déchets biologiques (à usage unique);
15. 1 ciseau à bandage, en acier inoxydable (avec pointe en angle, arrondie) minimum 14 cm (5,5 po);
16. 1 pince à écharde/ pince à épiler pointe fine, acier inoxydable minimum 11,4 cm (4,5 po) (à usage unique);
17. 1 couverture de secours, en aluminée, en polyester non extensible minimum 132 cm × 213 cm (52 po x 84 po);
18. 1 liste du contenu obligatoire imprimé à partir de <http://www.santeau travail.qc.ca/web/rpsat/dossiers/psps/trousse>.

Matériels supplémentaires recommandés :

1. 1 compresse froide instantanée;
2. 1 dépliant « Que faire lors d'une exposition au sang », CNESST;
3. 1 Guide pratique du secouriste en milieu de travail (Protocole d'intervention).

Pour votre sécurité (risques chimiques/biologiques), les professionnels encouragent fortement l'utilisation de matériel à usage unique (jetable) tels que pince et ciseau. Dans le cas contraire, les

désinfecter à l'alcool avant et après usage. S'il y a du sang, les laver avec de l'eau et du savon et faire tremper 10 minutes dans une solution d'eau de javel 5,25% de 1 partie pour 9 parties d'eau (porter des lunettes de sécurité).

Source : <http://www.santeautravail.qc.ca/web/rpsat/dossiers/pfps/trousse>.

### ANNEXE II – LES RECOMMANDATIONS POUR LA PRESTATION DES PROGRAMMES

 <b>Recommandations pour la prestation des programmes de Patinage Québec</b> En cas de situation exceptionnelle, les recommandations suivantes peuvent être modifiées pour répondre aux exigences gouvernementales ou de Patinage Canada.									
*Sans compter les professionnels.									
Programmes	Disciplines	Catégories	N.b. patineurs permis sur la glace*	Durée recommandée par session		Fréquence recommandée par semaine pour un patineur	Nb. de semaines		
				Disciplines	Minutes				
Patinage Plus			50	Patinage Plus	50	1 à 2	10 à 40		
				Hors glace					
Patinage Intensif Plus			25	Glace	60	1 à 4	20 à 40		
STAR		1 et 2	20	Habilités	15 à 20	3 à 4	30 à 40		
				Style libre & Artistique	40 à 60				
				Danse	15 à 20				
				Hors glace	50				
		3 et 4	18	Habilités	15 à 20	3 à 5	30 à 44		
				Style libre & Artistique	40 à 60				
				Danse	15 à 20				
				5 à 10	15	Hors glace	50	3 à 4	44 à 48
						Habilités	15 à 30		
		Compétition	Simple	Sans limites	12	Style libre & Artistique	60	4 à 5	44 à 48
						Danse	15 à 30		
						Hors glace	45 à 60	3 à 5	40 à 46
						Habilités	20 à 50		
						Style libre & Artistique	50 à 80	5	44 à 48
						Danse	20 à 50		
Hors glace	50 à 150					4 à 5	40 à 46		
Glace	45 à 120								
		Pré-Juvenile		Glace	45 à 120	4 à 5	44 à 48		
		Juvenile		Hors glace	60	3 à 5			
		Pré-Novice		Glace	90 à 180	5	48		
		Novice		Hors glace	50 à 160				
		Junior		Glace	135 à 180				
		Senior		Hors glace	120 à 170				

Source : POL-23 sur les clubs et les écoles de patinage de Patinage Québec.

PATINAGE QUÉBEC		Recommandations pour la prestation des programmes de Patinage Québec					
<p style="text-align: center;"><u>En cas de situation exceptionnelle, les recommandations suivantes peuvent être modifiées pour répondre aux exigences gouvernementales ou de Patinage Canada.</u></p>							
<b>*Sans compter les professionnels.</b>							
Programmes	Disciplines	Catégories	N.b. patineurs permis sur la glace*	Durée recommandée par session		Fréquence recommandée par semaine	Nb. de semaines
				Disciplines	Minutes		
Compétition	Couple	Pré-Juvenile	6	Glace	45 à 120	4 à 5	40 à 46
		Juvenile		Hors glace	60	3 à 5	
		Pré-Novice	4	Glace	90 à 180	5	44 à 48
		Novice		Hors glace	50 à 160		
		Junior		Glace	135 à 180	5	
	Senior	Hors glace	120 à 170				
	Danse	Pré-Juvenile	7	Glace	45 à 120	4 à 5	40 à 46
		Juvenile		Hors glace	60	3 à 5	
		Pré-Novice	5	Glace	90 à 180	5	44 à 48
		Novice		Hors glace	50 à 160		
Junior		Glace		135 à 180	5		
Senior	Hors glace	120 à 170					
Patinage synchronisé	Récréatif	STAR 2-3	8 à 16	Glace	45 à 60	3 à 4	35 à 40
		STAR 4		Hors glace	60	1 à 2	
		Pré-Novice (STAR 8)	8 à 20	Glace		75 à 90	4 à 5
		Intermédiaire (Or)		Hors glace	60	3 à 5	
		Ouvert		Glace	60 à 90	5	
		Adulte	12 à 16	Glace	50 à 95	5	48
	Juvenile (STAR 6)	Glace		45 à 120	4 à 5		
	Hors glace	60		3 à 4			
	Compétition	Novice	12 à 16	Glace	60 à 90	5	46 à 48
		Hors glace		40 à 60			
		Junior	16	Glace	95 à 145		48
		Hors glace		50 à 95			
		Senior		Glace	120 à 170		
Hors glace		75 à 120					

Source : POL-23 sur les clubs et les écoles de patinage de Patinage Québec.