
Programmes annuels 2026-2027

Aménagée au **Centre de glaces Intact Assurance** depuis septembre 2021, le CEGB et son académie offrent un encadrement sportif de haut niveau en patinage de vitesse avec une équipe remarquable d'entraîneurs et des installations optimales ; Anneau de glace en longue piste, patinoire en courte piste sans bande, salle d'entraînement, équipements spécialisés, salles de repos et d'étude, vestiaires, toutes des conditions essentielles pour atteindre l'excellence.

Le CEGB favorise un développement personnel harmonieux vers la haute performance, il offre aux athlètes un encadrement et des services pour un accompagnement holistique, des programmes de haute performance et de développement en patinage de vitesse longue piste, courte piste et hybride, selon les aspirations et besoins de chaque athlète.

ENSEMBLE, VISIONS 2030,

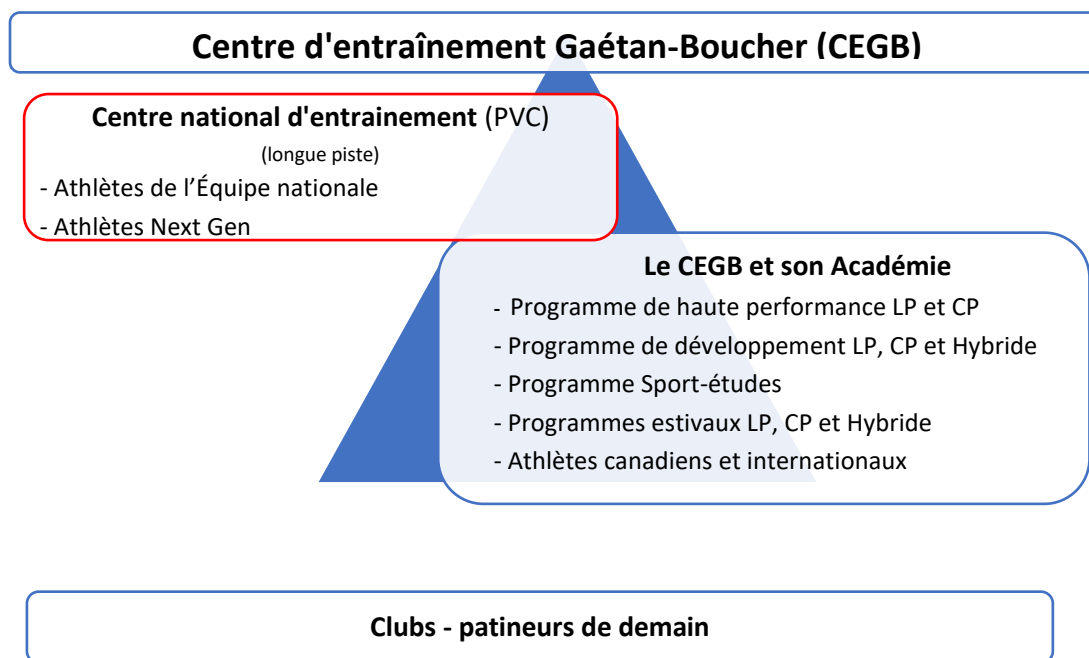
Les activités du CEGB s'articulent conjointement avec les programmes de développement de la performance de **Patinage de vitesse Québec** et **Patinage de vitesse Canada** et se projettent vers les Jeux Olympiques de 2030. Depuis 2022, le CEGB est reconnu comme un **Centre national de développement hybride** (*Canadian National Development Center – NDC*) par PVC. Ainsi, fort de cette reconnaissance, Le CEGB profite de plateaux d'entraînement et complète une offre de service et de soutien technique (SST-IST) aux athlètes cela par exemple en physiothérapie, préparation physique, physiologie, nutrition, préparation mentale et médecine sportive.

Le CEGB est un centre de développement, de partage du savoir et des meilleures pratiques tant pour les athlètes que pour les entraîneurs. Toutes ses activités ont lieu sur une base annuelle et donnent accès aux équipements spécialisés de mesure de performance, de chronométrage et d'analyse vidéo qui bonifient les programmes de façon novatrice.

L'Académie CEGB vise à sa base, un recrutement inclusif et offre des programmes de développement dans un cadre sportif, intellectuel et social. **Cet encadrement positionne l'athlète comme le premier(e) partenaire de son développement afin qu'il progresse jusqu'au plus haut niveau national et international.**



Structures d'encadrement offertes au Centre de glaces de Québec



Équipe Académie CEGB:

Coordonnateur responsable

- André Grenier, Coordonnateur développement et opérations sportives, Centre d'entraînement Gaétan-Boucher.

Entraîneurs :

- Sabrina Lapointe, Programme HP LP, B.Sc. Kinésiologie, Diplôme avancé en entraînement,
- Sébastien Beaulieu, Programme HP LP, B. Enseignement Éducation Physique, certifié niveau compétition développement PNCE,
- Pierre-Charles Blais, Programme HP CP, B.Sc. kinésiologie, certifié niveau compétition développement PNCE,
- Frédérick Déry, Programme HP CP et Sport-Études,
- Marc-André Poudrier-Michaud, Programme développement Hybride, LP et CP, B.Sc. Intervention sportive, certifié niveau compétition développement PNCE,
- Daniel Dubreuil, Programme développement Hybride, LP et CP, certifié niveau compétition développement PNCE,
- William Lemelin-Bilodeau, Programme développement Hybride, Niveau 3 PNCE compétition/développement en cours de formation,

Soutien technique:

- Shannon Cyr-Kirk, Préparateur physique programmes HP LP et CP, , M.Sc. Kinésiologie,
- Jeremia Renaud, Préparateur physique programmes développement Hybride, LP et CP, M.Sc. Kinésiologie,
- Sarah-Maude Carbonneau, Physiothérapeute PCN l'Hôtrière, FCAMPT,
- Laura Belley, Physiothérapeute PCN St-Nicolas, M. Pht.,
- Guy Labrecque, Coach académique « life coach » M. Sc. Collaborateur Université Laval

Prise en charge et l'engagement requis des athlètes :

- Engagement sportif de l'athlète sur une base annuelle. Les patineurs se verront proposé un programme et un accompagnement « à temps complet » par leur entraîneur et modulé en fonction du calendrier de compétitions.
- Inclusif à l'entrée, le CEGB permet aux athlètes de développer leur potentiel selon différents programmes d'entraînements. Ainsi, l'objectif de base comporte l'acquisition d'habitudes de vie, de méthodes d'entraînements et le développement de valeurs qui permettront d'atteindre le plein potentiel sportif. Ces éléments amènent l'athlète à performer, en ne se basant pas seulement sur le résultat.
- Soutien technique (préparation physique et physiologiste, physiothérapie, préparation mentale, nutrition et technicien équipement) et administratif aux athlètes et entraîneurs. Pour l'ensemble du soutien technique aux athlètes le CEGB a développé des partenariats avec Excellence Sportive Québec-Lévis (ESQL) qui offre aux athlètes identifiés Relève-Élite-Excellence des services de haut niveau et une expertise professionnelle en science du sport et dans le domaine médico-sportif, et les équipes de soutien technique de Patinage de vitesse Canada (PVC) en courte piste et en longue piste.
- Engagement de 6 jours /semaine en fonction de l'horaire préparé par l'entraîneur (*peut varier en fonction de la modulation des semaines).
- Il est fortement recommandé aux étudiants-athlètes de niveau secondaire d'être inscrits au programme Sport-Études patinage de vitesse et de niveau collégial, d'être membre de l'Alliance Sport-Études pour faciliter la gestion des horaires. **À défaut d'adhérer à ces programmes, il peut être difficile de pouvoir suivre adéquatement le groupe d'entraînement auquel l'athlète se qualifie.**
- Tous les athlètes du CEGB doivent prendre connaissance et s'engager à suivre le code d'éthique de l'athlète du CEGB en annexe E.

Plateaux et heures d'entraînement :

Les plateaux sont utilisés en fonction du développement des différentes qualités physiques et musculaires. Le nombre d'occasions sur chaque plateau dépend des phases d'entraînements.

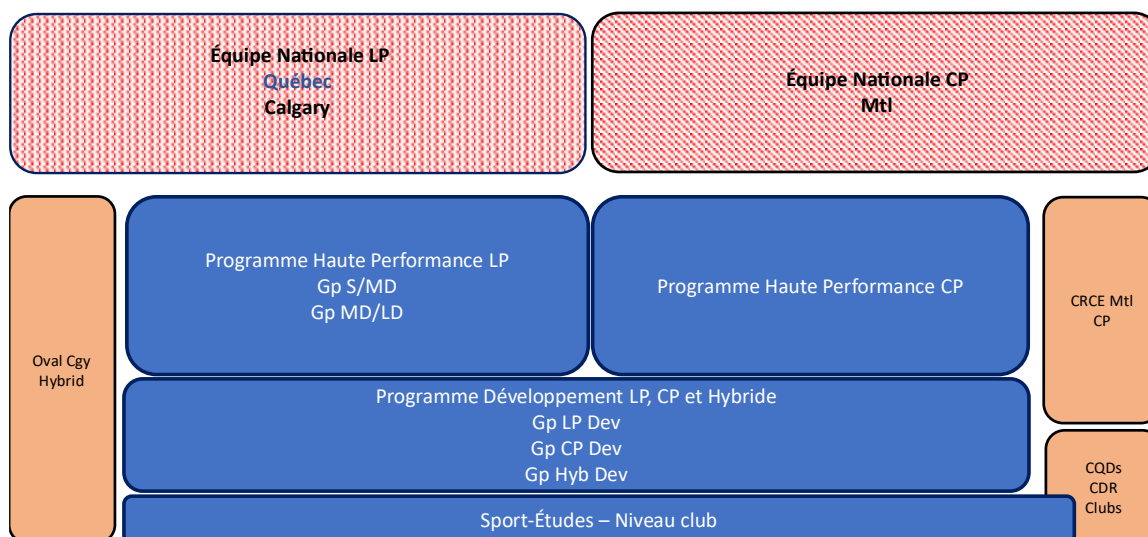
- Anneau Gaétan-Boucher en longue piste
- Patinoire 1 en courte piste
- Salle de musculation au Centre de glaces.
- Autres plateaux propices proposés par l'entraîneur et/ou le préparateur physique.
- Les heures et la charge d'entraînement sont variables selon le cycle d'entraînement printemps, été, automne et hiver.

Programme du CEGB (cases bleues):

Dans le modèle canadien de développement le CEGB offre pour 2026/2027 les programmes d'entraînement suivants :

- Programme LP de haute performance (voir les critères d'éligibilité à l'annexe A)
- Programme CP de haute performance (voir les critères d'éligibilité à l'annexe B)
- Programme LP, CP et Hybride développement (voir les critères d'éligibilité à l'annexe C)

Structure CEGB 2026/2027



Le CEGB est une organisation sportive de haut niveau visant à accompagner les athlètes vers les équipes nationales en offrant des programmes de développement Hybride, de développement LP et de haute performance en LP et CP. Le CEGB propose aussi un accompagnement hybride adapté aux athlètes de haute performance en CP et/ou LP. Le CEGB s'est doté d'une structure interne appelée "stages". Ces stages ont plusieurs objectifs comme celui d'aider les intervenants à identifier avec les athlètes, leur objectif de carrière et ainsi préciser les priorités telle que la détermination de l'allocation des ressources et des services (nutrition, physiologie, préparation mentale, préparation physique, physiothérapie, technicien de lames, etc.). Les stages permettent une structure davantage orientée vers l'optimisation des priorités au CEGB et l'établissement d'objectif par étape pour l'athlète. Pour chaque stage, des critères doivent être atteints pour obtenir les services correspondant (voir l'annexe D). Les critères sont révisés à chaque début d'année, l'athlète peut graduer de stage en cours de saison dès qu'il ou elle atteint les critères du stage.

Les groupes d'entraînement sont pas exclusivement basés sur le stage atteint, mais plutôt en évaluant la pertinence de regrouper des athlètes ensemble selon l'âge, le profil athlétique, les objectifs, la capacité à s'entraîner, etc. L'athlète qui entreprend une pratique de haut niveau est considéré autant qu'un athlète aux portes de l'équipe nationale. Toutefois, le suivi sera calibré en conséquence. La formation des groupes se fera à la fin de la période d'inscription.

Ressources offertes par l'équipe Académie CEGB

- Encadrement annuel personnalisé
 - ✓ Ajustement selon les besoins sportifs, professionnels ou scolaires de l'athlète
 - ✓ Suivi 12 mois par année
- Préparation spécifique
 - ✓ Développement spécifiques (Physique, Technique, Stratégique)
 - ✓ Suivi en développement et en compétition
 - ✓ Accès aux outils technologiques (Équipements spécialisés ESQ, Watt Bike, Speed Cable, Transpondeurs...) pour les athlètes identifiés
- Préparation physique et physiologique
 - ✓ Développement des qualités physiques spécifique au patinage de vitesse
 - ✓ Développement de la composante centrale
- Suivi sur la plateforme Training Peaks, Hexfit ou similaire
 - ✓ Suivi/Monitoring de l'athlète
 - ✓ Collecte de la charge d'entraînement personnalisé
 - ✓ Collecte et partage des données de l'athlète
- Captation et analyse vidéo
 - ✓ Caméras 4k durant des entraînements
 - ✓ Analyse et partage vidéo des mouvements

Services intégrés techniques

- Physiothérapie
 - ✓ Prévention : Évaluation préventive et fonctionnelle des athlètes en début d'année dans le but de leur offrir un programme préventif des blessures
 - ✓ Traitements : Service de traitements de physiothérapie au Centre de glaces Intact Assurance
 - ✓ Les interventions visent à favoriser un retour rapide à l'entraînement et aux compétitions à la suite d'une blessure sportive
 - ✓ Support en compétition sélectionnée
 - ✓ Support sur des plateaux Gym, CP et LP sélectionnés.

Accompagnement « coaching » académique

Aux athlètes québécois, canadiens ou en provenance de l'international, un service d'encadrement académique est offert pour permettre à l'athlète de concilier ses objectifs sportifs et académiques. Il s'agit de faciliter la transition du parcours scolaire à Québec et ce peu importe l'établissement d'enseignement de provenance. Une attention particulière est accordée à l'athlète pour l'amener à développer son plein potentiel tout en facilitant son intégration à une nouvelle culture académique.

- Médecine Sportive
 - ✓ Accès à la Clinique de médecine sportive du PEPS de l'U Laval avec Maude Rivard-Cloutier.
 - ✓ La référence pour ce service se fera uniquement via la physiothérapie du CEGB pour des cas liés à la médecine sportive spécifiquement.
- Préparation mentale/Psychologie Sportive/Nutrition
 - ✓ Conférences par groupe homogène en partenariat avec
 - François Billaut, Physiologiste ESQL, PhD Physiologie, Conseiller et chercheur, Professeur titulaire Département Kinésiologie UL,
 - Alain Vigneault, Préparateur Mental/Psychologue Sportif ESQL, M.Sc. en préparation mentale et psychologie sportive
 - Isabelle Morin, nutritionniste ESQL, Dt.P, M.Sc. Nutrition, Diplôme en nutrition sportive du Comité international olympique.
 - ✓ Consultation privée au frais de l'athlète
- Service d'ajustement des lames par Nagano
 - ✓ Entretien et/ou réparation des berceaux ou courbes
 - ✓ Présence au besoin en soutien technique aux athlètes à l'entraînement
 - ✓ Soutien technique lors de compétitions courte piste importantes
 - ✓ Prise de données pour un meilleur suivi

Équipement requis

- Équipement Longue et courte piste
- Combinaison « Skin » aux couleurs du CEGB obligatoire en compétition (excepté les membres de L'Équipe du Québec ou de L'équipe Canada)
- Montre d'entraînement avec fréquences cardiaques (GPS fortement recommandé)
- Autre matériel ;
 - ✓ Foam roller
 - ✓ Élastique (mini-band)
 - ✓ Câble pour imitations
 - ✓ Brassards de couloir (en longue piste)

Autres frais à prévoir

- Affiliation à un club ou à l'Alliance Sport-Études
- Frais de compétition (inscription, déplacement, hébergement, repas, etc.)
- Consultation privée (Nutrition/Préparation mentale /Psychologie sportive)
- Frais de physiothérapie au-delà des services offerts par le CEGB
- Mise au point des lames neuves
- Entretien des lames (au-delà des services offerts par le CEGB)

Tarif - : 4 390\$ + taxes /an
(non taxable pour les athlètes du programme Sport-Études)

Dates de prise en charge : 1^{er} mai 2026 au 31 avril 2027

Période d'inscription : jusqu'au 1^{er} avril 2026, pour le renouvellement des membres actuels, des frais de 100\$ additionnel pour toute inscription tardive.

Modalités : En 12 versements égaux de 365.85\$ + taxes.
(Le 1^{er} paiement sera prélevé le 1^{er} mai 2026 et mensuellement jusqu'au 1^{er} avril 2027 (11 mois restants). Par prélèvements bancaires ou carte de crédit automatisés.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT ET D'ANNULATION

- En cas de blessure, l'athlète qui ne peut pratiquer mais qui poursuit un programme de réhabilitation ou reçoit un encadrement sportif de son entraîneur, devra poursuivre les paiements liés à son inscription.
- Pour toute terminaison du sport blessure ou retraite pour raison personnelle, un calcul du ratio des jours d'entraînement réalisés et à venir sera effectué. Ce ratio sera utilisé pour déterminer la valeur de la portion non-utilisée et facturable. Toutefois un frais de gestion de 50\$ ou un montant équivalent à 10% des séances d'entraînement restantes (le plus petit montant des deux) sera retenu.
- Une demande d'annulation concernant une inscription au Centre d'entraînement Gaétan-Boucher doit être transmise par courriel à info@centredeglaces.ca. La Corporation de gestion du Centre de glaces de Québec procédera au remboursement dans les 10 jours suivants la réception de la demande.

Commanditaires

La Corporation de gestion du Centre de glaces de Québec déploie le programme d'encadrement sportif du CEGB au **Centre de glaces Intact Assurance** * une dénomination insécable qui apparaît aux vêtements de l'équipe. La Corporation se réserve le droit d'associer d'autres partenaires commerciaux qui voudront soutenir directement le Centre d'entraînement Gaétan-Boucher. Les athlètes peuvent de façon individuelle solliciter et obtenir des commandites en échange de visibilité, ce en respect consignes apparaissant en annexe F.

Engagement envers le sport

Dans le cadre d'un développement personnel et social, les athlètes sont encouragés à soutenir et contribuer au développement du sport, de façon rémunérée ou non aux activités orientées vers la relève.