



## CLUB DE PATINAGE DE VITESSE DES TROIS-LACS

### ÉQUIPEMENT SAISON 2011-2012

**Il est obligatoire d'avoir les équipements suivants pour accéder aux entraînements sur glace.**

ÉQUIPEMENT DE BASE (NIVEAU INITIATION)		
EQUIPEMENT	DESCRIPTION	COUT APPROXIMATIF
<b>Casque</b>	Casque de patinage de vitesse ou de hockey à coquille extérieure rigide s'attachant sous le menton. Casque de vélo interdit.	\$70
<b>Gants</b>	Gants ou mitaines de cuir ou en matériel synthétique résistant aux coupures et à l'eau.	\$30
<b>Protège-tibia</b>	Rigides tel qu'utilisés pour le soccer.	\$10
<b>Protège-genoux</b>	Flexibles en mousse	\$25
<b>Protège-cou</b>	Renforcé de kevlar, avec bavette	\$25
<b>Lunettes protectrices</b>	Lunettes type « squash » avec attache ou visière complète de hockey. Demi-visières ou grilles interdites.	\$30
<b>Protège-lames rigides</b>	Pour marcher avec les patins.	\$5
<b>Protège-lames en tissu</b>	Pour le transport et l'entreposage des patins.	\$15
<b>Patins</b>	Patins de hockey acceptés à l'entraînement. Patins à longues lames disponibles en location : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Patins pour débutants à \$65 pour la saison</li> <li>- Patins à lames décentrées à \$130 pour la saison</li> </ul>	\$65-\$130 (location)

ÉQUIPEMENT SUPPLÉMENTAIRE (NIVEAU DÉVELOPPEMENT)		
EQUIPEMENT	DESCRIPTION	COUT APPROXIMATIF
<b>Bas anti-coupure</b>	Bas tube en kevlar	\$30
<b>Maillot anti-coupures</b>	Sous-vêtement anti-coupure	\$175

ÉQUIPEMENT SUPPLÉMENTAIRE (NIVEAUX ÉLITE ET ESPOIR)		
EQUIPEMENT	DESCRIPTION	COUT APPROXIMATIF
<b>Maillot anti-coupures</b>	Sous-vêtement anti-coupure	\$175

RESPONSABLE DE L'ÉQUIPEMENT	
Si vous avez des questions ou si vous désirez commander toute pièce d'équipement telle que casque, gants, protèges-tibias etc... N'hésitez pas à contacter notre responsable de l'équipement :	
<b>Michel Bourbonnais</b> Le Suroît Cycle et Ski 136 St-Charles Vaudreuil-Dorion	<b>Tél :</b> (450) 455-0328 <b>Courriel :</b> michelb@lesuroit.qc.ca

(voir au verso pour les conseils d'entretien des patins)

### ENTRETIEN DE BASE DES PATINS

- **Bien essuyer les lames après chaque utilisation**, une fois à l'aréna et une autre fois arrivé à la maison (avant que les patins ne soient réchauffés, de la condensation se crée sur les lames) dans le but d'éviter la rouille, ennemie numéro un des lames.
- **Toujours porter les protège-lames en plastique lorsque le patineur marche avec ses patins.**
- **Ne jamais laisser les protège-lames en plastique sur les patins entre les entraînements** ou laisser ces derniers plusieurs jours dans le coffre de la voiture, encore une fois pour éviter la formation de rouille.
- **Toujours couvrir les lames avec les protège-lames en tissu entre les entraînements.**
- **Un aiguisage des patins s'impose après 5 à 6 heures d'entraînement.**
- **L'aiguisage des lames se fait toujours à la main** avec le matériel spécial prévu à cet effet, **jamais dans un pro-shop** à l'aréna.

Note :

Pour l'aiguisage des patins, le club met à votre disposition le matériel nécessaire. Des bénévoles pourront vous expliquer comment les aiguiser. Un service d'aiguisage est aussi offert par le club, informez-vous auprès d'un responsable du club.

**Il est fortement conseillé aux patineurs de se familiariser avec les techniques d'aiguisage** afin de prendre soins de leurs patins eux-mêmes.

### ENTRETIEN DES PATINS, PATINEURS AVANCÉS

Pour les patineurs du niveau développement et plus, en plus de l'aiguisage, la courbure des lames devrait être vérifiée et corrigée régulièrement, spécialement après une chute ou un choc important sur les lames.

Les patineurs devraient éviter de marcher sur les pointes de lame même avec les protège-lames afin de conserver la courbure des lames intacte et afin d'éviter un décollement de la pointe de la lame.

Le club possède l'équipement nécessaire pour la vérification et la correction de la courbure des lames.

Le club possède également l'équipement nécessaire pour la vérification du berceau des lames.

Contactez l'une des personnes suivantes lors des entraînements concernant le berceau ou la courbure des lames :

**Michel Bourbonnais**  
**Michel Lanthier**