

**Document
d'information**

Élite Cheer Outaouais

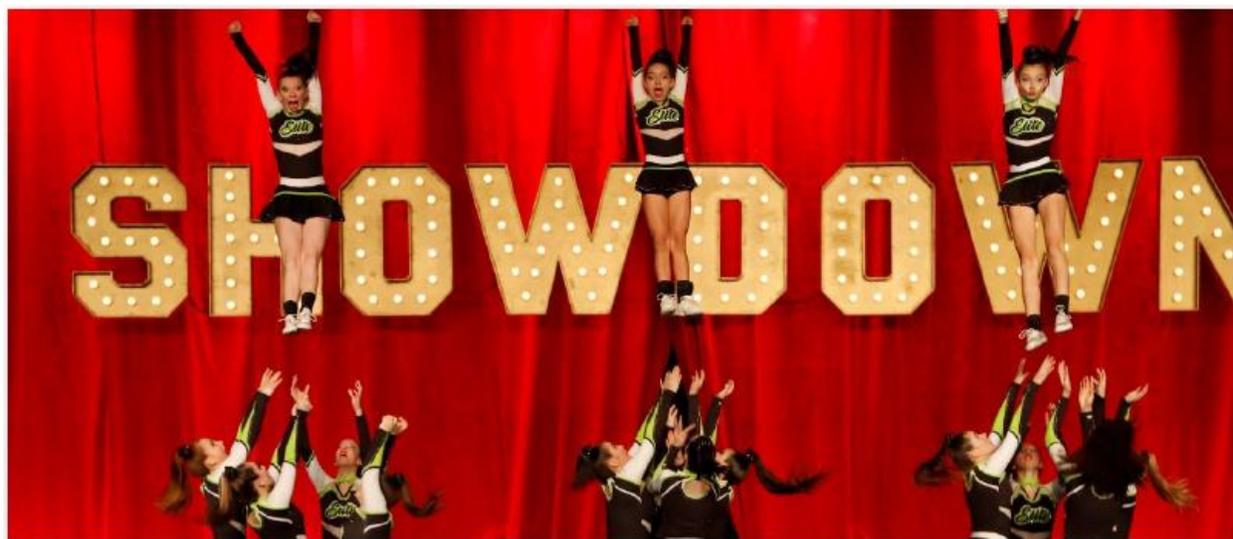


Saison 2025-2026



Table des matières

À propos d'Élite Cheer Outaouais.....	2
Pourquoi choisir Élite Cheer Outaouais?	3
Tryouts (pour faire partie d'une équipe en 2025-2026).....	4
Nouveautés pour la saison 2025-2026	5
Attentes pour la saison 2025-2026.....	7
Autres renseignements importants.....	8
Programme compétitif.....	1
Circuit PROVINCIAL (U8, U12, U16)	1
Circuit NATIONAL (U12, U16 et Open).....	1
Circuit international SUMMIT (U16)	1
Circuit international WORLDS (Open).....	2
Programme précompétitif	2
Initiation (U8, U12 et Open)	2
Programme récréatif.....	1
Inscription et paiement.....	2
Annexes.....	1
Règlements Élite Cheer	2
Horaire de mai à octobre	3



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

À propos d'Élite Cheer Outaouais

Élite Cheer Outaouais est un **organisme à but non lucratif** qui vise à desservir la région en ouvrant ses portes à tous les passionnés de cheerleading et à tous ceux qui désirent découvrir ce merveilleux sport. Nous offrons une place dans l'une de nos équipes aux athlètes de 4 ans et plus!

Notre but premier est de promouvoir le cheerleading auprès des jeunes de tous les âges et de tous les milieux. Nous désirons leur donner l'occasion de se dépasser en se fixant des objectifs personnels et des objectifs d'équipe. Nous sommes fiers de prôner un esprit sportif et une éthique de travail sans pareil en véhiculant des valeurs importantes telles que la ponctualité, l'engagement, la persévérance, l'entraide et la discipline.

Toutes nos équipes sont dirigées par des **entraîneurs formés par Cheer Québec**. Nous sommes donc heureux d'offrir une pratique du sport sécuritaire et complètement adaptée à la réalité du cheerleading. Nous avons la conviction que de placer les athlètes dans une catégorie qui correspond à leurs habiletés et leurs besoins atténue le risque de blessures et augmente leur estime de soi, deux critères importants pour qu'un athlète puisse et veuille continuer à pratiquer son sport!

Nous sommes heureux de vous offrir des programmes **pour tous les goûts et tous les budgets**. Petits et grands trouveront leur compte dans la famille Élite. Nous offrons 3 programmes : compétitif, précompétitif et récréatif. Nous sommes aussi reconnus pour nos cours privés de tumbling, nos *open gym* ainsi que notre camp de jour et nos participations en démonstration à plusieurs événements sur le territoire de la Ville de Gatineau.

Nous devons nous harmoniser aux catégories et divisions proposées par l'*International All Star Federation (IASF)*. Vous trouverez tous les détails [ici](#). Néanmoins, veuillez garder à l'esprit que les équipes que nous offrons dépendent de notre bassin d'athlètes. Il n'est donc pas garanti que nous offrirons toutes les équipes indiquées dans le présent document.

De plus, veuillez noter que tous les montants ci-dessous comprennent les taxes.

Bienvenue chez vous!



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Pourquoi choisir Élite Cheer Outaouais?

Intégrité et organisation

Nous nous faisons un devoir d'être 100 % transparents avec nos membres. Que ce soit en ce qui concerne les frais à payer ou les enjeux rencontrés en cours de saison, nous nous efforçons d'être les plus organisés et précis possible dans nos informations, et vous pouvez être assurés d'obtenir tous les renseignements les plus à jour de notre part.

Des prix abordables

Nous savons à quel point le coût de la vie a augmenté. C'est pourquoi nous vous offrons les prix parmi les plus bas de la région. Vous ne payez que pour l'essentiel, et tous les profits sont réinvestis directement dans notre association (n'oubliez pas que nous sommes un OBNL!).

Sécurité et excellence

La santé et la sécurité de nos membres sont notre priorité absolue. Pour les assurer, nous procédons à une évaluation rigoureuse des habiletés des athlètes afin de les classer dans des équipes performantes et adaptées à leur niveau. Nos entraîneurs compétent(e)s et formé(e)s sont en mesure d'exploiter les forces de chacun et d'apporter nos équipes à un niveau supérieur!

Famille

Au final, Élite Cheer est une grande famille où chaque athlète est estimé(e) et traité(e) avec respect. Notre objectif ultime est que les athlètes aient du plaisir et se sentent valorisé(e)s!

Abordable
Excellence Respect Précompétitif
Intégrité Fierté
Entraide Famille Récréatif
Équipe Compétitif
Transparence Sécurité Amitié
Organisation
Discipline



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Tryouts (pour faire partie d'une équipe en 2025-2026)

Il est obligatoire de participer à nos tryouts pour faire partie de l'une de nos équipes compétitives ou précompétitives. Le tryout est un **processus de classement** qui permet à nos entraîneurs qualifiés et expérimentés de déterminer quelle équipe convient le mieux aux habiletés et aux besoins de chaque athlète. L'inscription en ligne est obligatoire : www.elitecheeroutaouais.org.

Tryouts réguliers

- 5 \$ pour les nouveaux athlètes; gratuit pour les athlètes de la dernière saison
- 12 au 16 mai 2025
- Inscription en ligne obligatoire
- **Place garantie** dans l'une de nos équipes si vous participez aux tryouts réguliers

Tryouts de reprise

- 5 \$ pour les nouveaux athlètes; gratuit pour les athlètes de la dernière saison
- Date à venir en août
- Inscription en ligne obligatoire
- Classement en fonction des places disponibles et des besoins des différentes équipes. Une **place n'est PAS garantie**.

Tryouts privés

- 15 \$ pour tous
- Sur rendez-vous : info@elitecheeroutaouais.org
- Classement en fonction des places disponibles et des besoins des différentes équipes. Une **place n'est PAS garantie**.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Nouveautés pour la saison 2025-2026

Envoi des classements

Le classement sera **envoyé par courriel** (par téléphone pour les athlètes sélectionnées dans l'équipe Summit). Cela permettra aux parents et athlètes de mieux gérer les possibles déceptions dans un environnement calme et familial. Nous vous invitons malgré tout à **filmer la réaction de vos enfants** et de nous identifier en les publiant sur les réseaux sociaux! Nous restons aussi disponibles pour répondre à vos questions et préoccupations.

Option de paiement par prélèvement automatique

Vous pourrez remplir un formulaire afin de nous autoriser à prélever votre paiement mensuel directement dans votre compte bancaire à la date de votre choix. De plus, un rabais sera appliqué à votre saison si vous choisissez cette option de paiement!

Communication au moyen de l'application BAND

À la place des groupes Facebook, les entraîneuses utiliseront l'application BAND pour communiquer avec les athlètes et les parents. Il s'agit d'une application conçue spécialement pour les équipes sportives et qui offre des fonctions comme un mur de publications, un calendrier commun, des groupes de discussion privés et de groupe, des listes de choses à faire, des sondages ainsi que le partage de photos et de vidéos (qui peuvent être téléchargées)! Vous **pouvez la télécharger dès maintenant** sur Google Play ou App Store, et un lien propre à votre équipe sera inclus dans votre courriel de classement.

Équipe Summit

Nous croyons que nos jeunes athlètes sont enfin prêtes à faire le grand saut : monter sur la scène internationale! La compétition *The Summit* est comparable aux Worlds pour les niveaux 1 à 4, et nous sommes fiers de pouvoir leur offrir cette expérience. Aux termes d'une saison élite où les attentes seront encore plus élevées, les athlètes de cette équipe s'envoleront vers Orlando pour se mesurer à des équipes de partout dans le monde.

Paiements pour l'équipe Worlds

Nous jumelons les paiements de saison et de voyage de l'équipe Worlds afin que les athlètes aient un seul paiement mensuel. De plus, cela fait en sorte que les frais totaux sont divisés sur 10 mois, ce qui permettra d'atténuer le stress financier des familles.



Tumbling par niveau (à partir d'octobre)

Pour assurer une progression plus continue des habiletés de tumbling de nos athlètes, les cours de tumbling seront séparés des pratiques de cheerleading à compter du mois d'octobre (lorsque nous serons déménagés) pour les athlètes du **programme compétitif seulement**. Ainsi, les athlètes pourront continuer de progresser dans leur niveau de tumbling, même si celui-ci ne correspond pas avec le niveau de leur équipe de cheer. Un groupe sera attribué à chaque athlète et il sera possible de changer de groupe sur recommandation des entraîneures lorsque certains objectifs seront atteints.

Bien que ces groupes ne soient pas divisés par équipe, nous nous attendons à une certaine assiduité pour assurer un cheminement optimal. Les athlètes du circuit national et Summit doivent participer à un **minimum de 75 %** de leur cours de tumbling. Les athlètes du circuit provincial doivent participer à un **minimum de 50 %** de leur cours de tumbling. Les présences seront prises à chaque cours et communiquées aux entraîneures de cheerleading. Le taux de participation **entrera en ligne de compte pour le classement** de la saison suivante.

Nouveau gym : on déménage!

Après près de 10 ans à chercher un local plus adapté à nos besoins, on déménage enfin en octobre 2025! Les pratiques de mai à octobre auront donc lieu à notre gym actuel (361, boulevard Maloney Ouest) et les pratiques à partir d'octobre auront lieu dans notre nouveau gym (15, rue Hervé Simoneau). Rejoignez notre [groupe Facebook de covoiturage](#) maintenant!

Le déménagement au nouveau gym apportera des changements dans l'horaire des pratiques. Nous ferons de notre mieux pour que les deux horaires soient le plus semblables possible!



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Attentes pour la saison 2025-2026

Assiduité

Le cheerleading étant un sport d'équipe où chaque athlète a un rôle précis à jouer dans la chorégraphie, les **absences et les retards nuisent beaucoup à la progression** de chacune des athlètes (et non seulement de l'athlète absente). Il est important de minimiser les absences.

Voici quelques lignes directrices :

- Prévoir vos vacances familiales en dehors des dates de compétition.
- Prévoir vos activités en dehors des heures de pratique de votre enfant.
- Veiller à ce que votre enfant gère bien son temps entre les travaux scolaires et le cheer.
- Éviter de réprimander votre enfant en l'empêchant de venir à sa pratique : cela pénalise toutes les autres athlètes de son équipe également.
- Amener votre enfant à la pratique **même si elle ne peut pas participer** (malade, blessée) : elle peut quand même apprendre en regardant ses coéquipières et en écoutant les explications des entraîneures.
- En cas d'absence ou de retard, aviser vos entraîneures le plus rapidement possible pour qu'elles puissent prévoir une remplaçante ou organiser la pratique en conséquence.

Le taux d'absence et de retard est pris en considération dans le classement de la saison suivante.

Blessures

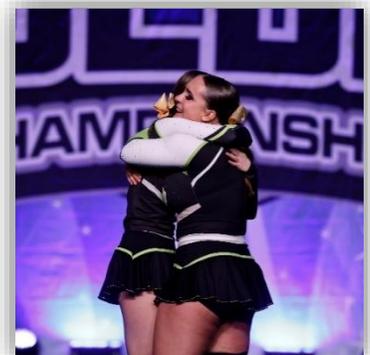
Lorsqu'une blessure qui empêche l'athlète de pratiquer pleinement son sport survient (au cheer ou ailleurs), il est important de **consulter immédiatement un professionnel** de la santé, comme un médecin ou un physiothérapeute. Pour assurer la santé des athlètes, les entraîneures demanderont un billet pour connaître les restrictions et les consignes de retour, puis également un **billet qui atteste que l'athlète peut recommencer** à participer aux pratiques de A à Z. Cette mesure nous permet de veiller à la sécurité des athlètes et de prévoir des modifications à la chorégraphie au besoin.

Les athlètes blessées doivent tout de même obligatoirement assister aux pratiques. Des exercices de musculation appropriés seront prévus en fonction de la blessure. Il n'y aura aucun arrêt de paiement durant la convalescence.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org



Autres renseignements importants

Catégories

Nous classons d'abord et avant tout les athlètes **en fonction de leur âge**. Ces catégories sont déterminées par l'IASF et par Cheer Québec.

- U8 : années de naissance de 2017 à 2021
- U12 : années de naissance de 2013 à 2018
- U16 : années de naissance de 2009 à 2014
- U18 : années de naissance de 2007 à 2012
- Open : années de naissance en 2010 ou avant

Nous priorisons de laisser les athlètes dans leur groupe d'âge le plus longtemps possible afin de respecter le modèle de développement de l'athlète, selon les besoins de chacune des équipes.

Calendrier

Début des cours par programme :

Programme	Durée de la saison
Récréatif printemps	19 mai au 14 juillet 2025
Récréatif automne	6 septembre au 13 décembre 2025
Récréatif hiver	10 janvier au 25 avril 2026
Précompétitif	9 août 2025 au 25 avril 2026
Compétitif, circuit provincial	4 août 2025 au 24 avril 2026
Compétitif, circuit national	26 mai 2025 au 24 avril 2026*
Compétitif, circuit international Summit	26 mai 2025 au 4 mai 2026*
Compétitif, circuit international Worlds	26 mai 2025 au 1 ^{er} mai 2026*

* Les pratiques de fin de semaine débutent seulement le 9 août 2025.

Congés :

Aucune pratique régulière n'aura lieu aux dates suivantes ↓

- 20 juillet au 2 août 2025
- 30 et 31 août 2025
- 11 et 12 octobre 2025
- 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026
- 28 février au 6 mars 2026 (sauf Summit et Worlds)
- 4 et 5 avril 2026 (sauf National, Summit et Worlds)



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Programme compétitif

Idéal pour les athlètes qui souhaitent se dépasser et qui aiment relever des défis! Le tryout est obligatoire pour faire partie de l'une de nos équipes compétitives. **Les groupes d'âge et les niveaux offerts peuvent varier selon le nombre d'inscriptions.**

Circuit PROVINCIAL (U8, U12, U16)

- **Total des frais annuels : 2 050 \$.** Cela comprend ce qui suit ↓

- Frais administratifs : 909,11 \$
- Frais d'entraînement : 407 \$
- Affiliation à Cheer Québec : 38 \$
- Compétitions : 580,89 \$
- Musique : 40 \$
- Vêtements obligatoires : 75 \$

- **Paielements :**

- Option de 10 versements (juin à mars) : 205 \$/mois
- Options de 8 versements (août à mars) : 256,25 \$/mois
- Rabais prélèvement automatique : 100 \$

- **Entraînements :**

- Août à octobre :
 - 2 h la semaine et 2 h la fin de semaine
- À partir d'octobre :
 - Cheer : 1,5 h la semaine et 2 h la fin de semaine
 - Tumbling : 1 h par semaine, horaire selon le niveau

- **Frais supplémentaires :**

- Veste Élite Cheer (environ 90 \$; même que les années précédentes)
- Uniforme de compétition (environ 250 \$; même que la saison 24-25)
- Souliers blancs multisports (environ 40 \$)
- Maquillage de scène (environ 40 \$)
- Déplacement et hébergement aux compétitions
- Billets des spectateurs lors des événements

- **Calendrier des événements obligatoires** (modifiable) :

Date(s)	Lieu	Nom de l'événement
23 novembre 2025	Gatineau	Lime Showtime
6 décembre 2025	Gatineau	Kicksmas
6 au 8 février 2026	Montréal	CheerFest
21 ou 22 mars 2026	Boisbriand	Kick's Célébration
18 ou 19 avril 2026	Gatineau	Lime Showtime
Mai 2026	Gatineau	Lime Night Gala



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Les groupes d'âge et les niveaux offerts peuvent varier selon le nombre d'inscriptions.

Circuit NATIONAL (U12, U16 et Open)

- **Total des frais annuels : 2 700 \$.** Cela comprend ce qui suit ↓

- Frais administratifs : 929,15 \$
- Frais d'entraînement : 560,29 \$
- Affiliation à Cheer Québec : 38 \$
- Compétitions : 1057,56 \$
- Musique : 40 \$
- Vêtements obligatoires : 75 \$

- **Paiements :**

- 10 versements (juin à mars) : 270 \$/mois
- Rabais prélèvement automatique : 100 \$

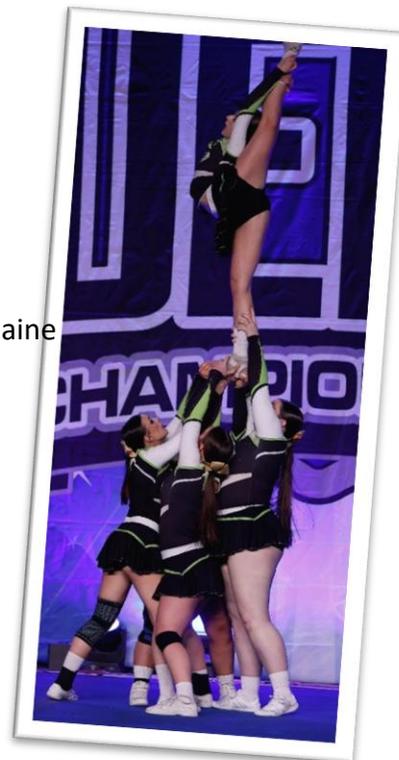
- **Entraînements :**

- De mai à octobre (les fins de semaine commencent en août) :
 - 1 entraînement la semaine et 1 la fin de semaine
- À partir d'octobre :
 - Cheer : 1 entraînement la semaine et 1 la fin de semaine
 - Tumbling : 1 h par semaine, horaire selon le niveau

- **Frais supplémentaires :**

- Veste Élite Cheer (environ 90 \$; même que les années précédentes)
- Uniforme de compétition (environ 350 \$; nouvel uniforme)
- Souliers de cheerleading (environ 100 \$)
- Maquillage de scène (environ 40 \$)
- Déplacement et hébergement aux compétitions
- Billets des spectateurs lors des événements

- **Calendrier des événements obligatoires** (modifiable) :



Date(s)	Lieu	Nom de l'événement
23 novembre 2025	Gatineau	Lime Showtime
6 décembre 2025	Gatineau	Kicksmas
6 au 8 février 2026	Montréal	CheerFest
21 et 22 février 2026	Québec	Quebec Championships
21 ou 22 mars 2026	Boisbriand	Kick's Célébration
10 au 13 avril 2026	Mississauga	National Championships*
18 ou 19 avril 2026	Gatineau	Lime Showtime
Mai 2026	Gatineau	Lime Night Gala

* Cette compétition dispose d'une politique *stay-to-play*. Les athlètes/parents sont donc **obligés** de réserver par l'entremise du site de la compétition, sans quoi l'équipe peut être disqualifiée. Les détails vous seront transmis en temps et lieu.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Circuit international SUMMIT (U16)

La compétition de cheerleading *The Summit* est un événement prestigieux organisé chaque année à **Orlando, en Floride**. Il faut gagner une invitation, appelée *bid*, pour y participer. Cette compétition offre une expérience unique de vivre une expérience mémorable et de se mesurer aux meilleures équipes internationales.

- **Total des frais annuels : 5 900 \$.** Cela comprend ce qui suit ↓

- Frais administratifs : 1 066,41 \$
- Frais d'entraînement : 835,38 \$
- Affiliation à Cheer Québec : 38 \$
- Compétitions : 745,21 \$ (sans Summit)
- Musique : 40 \$
- Vêtements obligatoires : 75 \$
- Expérience Summit : 3 100 \$ (détails à la prochaine page)

- **Paielements :**

- 10 versements (juin à mars) : 590 \$/mois
- Rabais prélèvement automatique : 200 \$

- **Entraînements :**

- De mai à octobre (les fins de semaine commencent en août) :
 - 2,5 h la semaine et 3 h la fin de semaine
- À partir d'octobre :
 - Cheer: 2,5 h la semaine et 2,5 h la fin de semaine
 - Tumbling : 1 h par semaine, horaire selon le niveau

- **Frais supplémentaires** (saison régulière) :

- Veste Élite Cheer (environ 90 \$; même que les années précédentes)
- Uniforme de compétition (environ 350 \$; nouvel uniforme)
- Souliers de cheerleading (environ 100 \$) et maquillage de scène (environ 40 \$)
- Déplacement et hébergement aux compétitions canadiennes
- Billets des spectateurs lors des événements

- **Calendrier des événements obligatoires** (modifiable) :

Date(s)	Lieu	Nom de l'événement
23 novembre 2025	Gatineau	Lime Showtime
6 décembre 2025	Gatineau	Kicksmas
6 au 8 février 2026	Montréal	CheerFest
21 et 22 février 2026	Québec	Quebec Championships
21 ou 22 mars 2026	Boisbriand	Kick's Célébration
18 ou 19 avril 2026	Gatineau	Lime Showtime
30 avril et 1 ^{er} mai 2026	Orlando, Floride	The Summit
Mai 2026	Gatineau	Lime Night Gala

* Pour participer à cette compétition, il faut gagner une invitation (appelée *bid*). L'équipe tentera de gagner un *bid* à Kicksmas, à CheerFest, à Quebec Championships et à Kick's Célébration.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Circuit international SUMMIT (suite)

L'expérience Summit

- **Inclusions dans les paiements mensuels qui se rapportent au Summit :**
 - Inscription à la compétition The Summit
 - Vols
 - Hébergement en occupation quadruple pour 5 jours/4 nuits dans les *All-Star resorts*
 - Billet *park-hopper* de 3 jours dans les parcs de Disney
 - Ensemble de pratique Summit
- **Frais supplémentaires à prévoir relatifs au Summit :**
 - Nourriture lors du voyage
 - Passeport canadien valide
 - Assurance-voyage
 - Frais de voyage d'un parent (obligatoire pour les athlètes âgés de moins de 14 ans)
 - Chaque athlète de moins de 14 ans **doit** être accompagnée d'un adulte.
 - Vous pouvez désigner un autre parent pour assumer la responsabilité de votre enfant. Un adulte ne peut pas être responsable de plus de 3 athlètes.
 - Le parent-accompagnateur devra acheter une formule de paiement mensuel.
- **Autres renseignements importants :**
 - L'athlète doit être autorisée à quitter le pays sans ses parents, le cas échéant.
 - La date d'arrivée à Orlando ne peut pas être modifiée.
 - Si l'équipe n'obtient pas son *bid*, les frais de voyage encourus ne seront pas remboursables.
 - Des campagnes de financement pourront être organisées par les athlètes/parents.
 - Des commanditaires pourront être proposés par les athlètes/parents.
- **Quelles sont les attentes de l'équipe Summit? Que gagnent les athlètes à en faire partie?**
 - Les attentes sont plus élevées, autant au niveau de l'engagement que des habiletés. Cela est explicable par la nécessité de gagner un *bid* pour pouvoir participer au Summit. Les enjeux sont donc plus élevés en compétition, car l'idée est d'obtenir cette fameuse invitation le plus tôt dans la saison possible.
 - Les athlètes sont encore plus **soudées** en raison des émotions fortes qu'elles vivent ensemble. Ce bel esprit d'équipe culmine lors du voyage à Orlando, où les athlètes passent plusieurs jours ensemble dans une ambiance immersive dans le monde du cheer. Elles ont la chance de compétitionner à ESPN contre des équipes de partout dans le monde. C'est vraiment une équipe pour pousser l'expérience du sport à un autre niveau, dans tous les aspects! À long terme, il s'agit aussi d'un avant-goût d'une équipe Worlds.



Les groupes d'âge et les niveaux offerts peuvent varier selon le nombre d'inscriptions.

Circuit international WORLDS (Open)

- **Total des frais annuels** (saison régulière) : **6 700 \$**. Cela comprend ce qui suit ↓

- Frais administratifs : 904,82 \$
- Frais d'entraînement : 930,13 \$
- Affiliation à Cheer Québec : 38 \$
- Compétitions (sans Worlds) : 1 212,06 \$
- Musique : 40 \$
- Vêtements obligatoires : 75 \$
- Expérience Worlds : 3 500 \$ (détails à la prochaine page)

- **Paiements :**

- 10 versements (juin à mars) : 670 \$/mois
- Rabais prélèvement automatique : 200 \$

- **Entraînements :**

- 3 h la semaine et 3 h la fin de semaine (les fins de semaine commencent en août)
- De mai à octobre : au Collège Nouvelles Frontières
- À partir d'octobre : au nouveau gym Élite Cheer

- **Frais supplémentaires** (saison régulière) :

- Veste Élite Cheer (environ 90 \$; même que les années précédentes)
- Uniforme de compétition (environ 350 \$; même que la saison 24-25)
- Souliers de cheerleading (environ 100 \$)
- Maquillage de scène (environ 40 \$)
- Déplacement et hébergement aux compétitions canadiennes
- Billets des spectateurs lors des événements

AUTRES INCLUSIONS

- Services d'un chorégraphe
- Open gyms gratuits
- Coach en préparation mentale
- 1 pratique supplémentaire par mois



- **Calendrier des événements obligatoires** (modifiable) :

Date(s)	Lieu	Nom de l'événement
23 novembre 2025	Collège Nouvelles-Frontières	Lime Showtime
29 novembre 2025	Montréal	Adrénaline
6 décembre 2025	Gatineau	Kicksmas
13 ou 14 décembre 2025	Gatineau (en virtuel)	Championnat régional
6 au 8 février 2026	Montréal	CheerFest
14 et 15 mars 2026	Trois-Rivières	Championnat provincial
20 au 22 mars 2026	Boisbriand	Kick's Célébration
18 ou 19 avril 2026	Collège Nouvelles-Frontières	Lime Showtime
24 au 27 avril 2026	Orlando, Floride	Championnat du monde*
Mai 2026	Gatineau	Lime Night Gala

* Pour participer à cette compétition, il faut gagner une invitation (appelée *bid*). L'équipe tentera de gagner un *bid* à Adrénaline, à Ontario Championships, au Championnat provincial et à Kick's Célébration.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Circuit international WORLDS (suite)

L'expérience Worlds

- **Inclusions dans les paiements mensuels qui se rapportent aux Worlds :**
 - Frais d'entraînement à Orlando
 - Billets d'avion, transport (gym-aéroport et à Orlando) et nourriture
 - Hébergement (l'équipe loge dans une grande maison, athlètes et entraîneures seulement)
 - Frais d'inscription à la compétition et accès aux sites de Disney (*park-hopper* de 3 jours)
 - Ensemble de pratique Worlds
- **Frais supplémentaires à prévoir relatifs aux Worlds :**
 - Passeport canadien valide
 - Assurance-voyage
 - Dépenses personnelles (souvenirs, dépenses à Disney, restaurants, etc.)
- **Autres renseignements importants :**
 - Les athlètes majeures doivent pouvoir quitter le pays.
 - Les athlètes mineures doivent pouvoir quitter le pays sans leurs parents.
 - Les athlètes voyageront en groupe et seront hébergés en équipe également. Élite Cheer **n'assurera pas** l'organisation du voyage des proches qui souhaitent être spectateurs.
 - Des campagnes de financement pourront être organisées par les athlètes/parents.
 - Des commanditaires pourront être proposés par les athlètes/parents.
 - Le voyage aux Worlds n'est pas reposant : on veut profiter de chaque moment!



Élite Cheer Outaouais

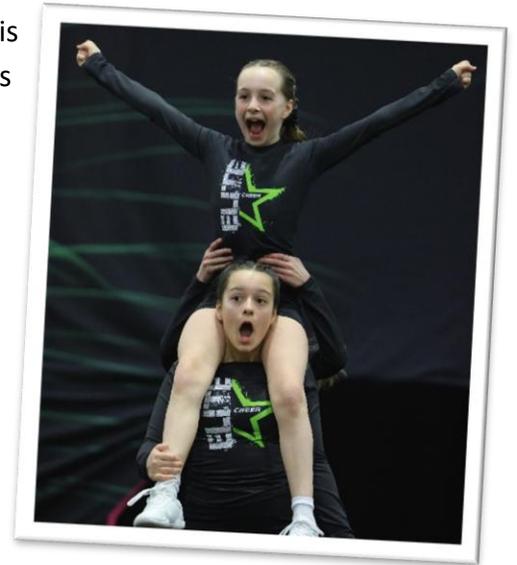
www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Programme précompétitif

Idéal pour les athlètes débutants qui aspirent à devenir de grand(e)s cheerleaders! Le tryout est obligatoire pour faire partie de l'une de nos équipes précompétitives. **Les groupes d'âge et les niveaux offerts peuvent varier selon le nombre d'inscriptions.**

Initiation (U8, U12 et Open)

- **Total des frais annuels : 1 275 \$.** Cela comprend ce qui suit ↓
 - Frais administratifs : 565,14 \$
 - Frais d'entraînement : 211,43 \$
 - Affiliation à Cheer Québec : 25 \$
 - Compétitions : 373,43 \$
 - Musique : 25 \$
 - Vêtements obligatoires : 75 \$
- **Paiements :**
 - Options de 10 versements (juin à mars) : 127,50 \$/mois
 - Options de 8 versements (août à mars) : 159,38 \$/mois
 - Rabais prélèvement automatique : 75 \$
- **Entraînements :**
 - 2,5 h la fin de semaine
- **Frais supplémentaires :**
 - Uniforme de compétition (environ 115 \$; nouvel uniforme)
 - Souliers blancs multisports (environ 40 \$)
 - Déplacement et hébergement aux compétitions
 - Billets des spectateurs lors des événements
- **Calendrier des événements obligatoires (modifiable) :**



Date(s)	Lieu	Nom de l'événement
23 novembre 2025	Gatineau	Lime Showtime
6 décembre 2025	Gatineau	Kicksmas
21 ou 22 mars 2026	Boisbriand	Kick's Célébration
18 ou 19 avril 2026	Gatineau	Lime Showtime
Mai 2026	Gatineau	Lime Night Gala



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Programme récréatif

Notre programme récréatif est idéal pour faire découvrir le sport à votre enfant curieux! Il représente moins d'engagements de la part des athlètes et des parents. C'est l'occasion parfaite d'essayer quelque chose de nouveau! **Veillez noter que les groupes d'âge offerts peuvent varier selon les inscriptions.**

Catégories offertes

U8 → années de naissance de 2017 à 2021

U12 → années de naissance de 2013 à 2018



Session d'automne (6 septembre au 13 décembre 2025)	Session d'hiver (10 janvier au 25 avril 2026)
Total des frais : U8 : 405 \$ (frais administratifs 183,74; frais d'entraînement 38,32; affiliation à Cheer Québec 9 \$; compétition 114,94; vêtements obligatoires 59 \$) U12 : 450 \$ (frais administratifs 209,58; frais d'entraînement 58,48; affiliation à Cheer Québec 9 \$; compétition 114,94; vêtements obligatoires 59 \$)	Total des frais : U8 : 305 \$ (frais administratifs 198,69; frais d'entraînement 38,32; affiliation à Cheer Québec 9 \$; vêtements obligatoires 59 \$) U12 : 350 \$ (frais administratifs 224,52; frais d'entraînement 57,48; affiliation à Cheer Québec 9 \$; vêtements obligatoires 59 \$)
Paielements (deux premiers mois de la session) : U8 : 2 versements de 202,50 \$ U12 : 2 versements de 225 \$	Paielements (deux premiers mois de la session) : U8 : 2 versements de 152,50 \$ U12 : 2 versements de 175 \$
Entraînements : U8 : 1 h la fin de semaine U12 : 1 h 30 la fin de semaine	
Frais supplémentaires : Souliers multisports blancs Billets des spectateurs lors des événements	
Calendrier des événements obligatoires : 23 novembre 2025 Gatineau Lime Showtime 6 décembre 2025 Gatineau Kicksmas*	Calendrier des événements obligatoires : 18 ou 19 avril 2026 Gatineau Lime Showtime

*** NOUVEAUTÉ!** Les compétitions sont très rarement organisées à Gatineau, nous profitons donc de l'occasion pour y faire participer TOUTES nos équipes! Nos équipes récréatives auront donc l'occasion de présenter le fruit de leurs efforts sur une scène!



Inscription et paiement

Le processus d'inscription se fait en trois étapes :

1. Lire et comprendre les [Règlements Élite Cheer](#).
2. Remplir le [Formulaire d'inscription Élite Cheer – Saison 2025-2026](#).
3. Procéder au paiement (plusieurs options offertes)
 - a. Remplir le formulaire de prélèvement automatique (**rabais applicable si cette option est choisie**). Vous pourrez choisir la date de votre paiement mensuel.
 - b. Acheter la formule de paiement sur notre site Web (paiement par carte de crédit). Votre paiement mensuel se fera à la date du premier versement.
 - c. Communiquer avec nous pour toute autre entente de paiement

Autres renseignements importants :

- Veuillez noter qu'un rabais de 10 % est applicable à partir du deuxième enfant de la même famille (applicable à la saison la moins coûteuse). Communiquez avec nous pour plus d'infos.
- La date butoir pour le paiement de la saison est le 31 mars 2026.

Politique de retard de paiement :

Des frais de retard de 50 \$ seront imputés aux soldes qui demeurent impayés. Si ce solde est toujours dû après un avertissement, l'athlète ne sera plus admise aux pratiques et elle pourrait être retirée de la chorégraphie. Une athlète dont le solde reste impayé après plus de 30 jours pourrait être expulsée d'Élite Cheer Outaouais.

Remboursements :

- Les pratiques et compétitions ne sont pas remboursables en cas d'absence (maladie, voyage, blessure, etc.).
- Aucun remboursement des frais de compétition, des vêtements obligatoires ainsi que de l'affiliation à Cheer Québec ne sera effectué après le 1^{er} septembre 2025.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Politique d'abandon

Comme le cheerleading est un sport d'équipe où chaque membre apporte sa contribution à la chorégraphie, nous vous prions de bien réfléchir aux répercussions d'un abandon sur l'équipe. Nous vous invitons à discuter de vos problèmes et/ou de vos préoccupations à votre entraîneur, qui vous fournira des réponses et des explications sans hésiter. Il est également possible de communiquer avec la responsable technique au besoin.

Si toutefois le retrait de l'athlète s'avère être la meilleure solution, voici les frais relatifs à l'annulation de l'inscription selon la politique de [l'Office de la protection du consommateur](#). Pour procéder à une annulation, vous devez remplir notre formulaire d'abandon. L'annulation de l'inscription entrera en vigueur à la date de réception du formulaire.

Remboursement :

- **Annulation avant le début des cours** → aucuns frais.
- **Annulation après le début des cours** → Si les cours sont commencés, vous devrez payer ces 3 montants :
 - le coût des cours qui ont déjà eu lieu;
 - les frais non remboursables applicables (indiqués [ici](#));
 - une pénalité prévue par la loi. Cette pénalité correspond au plus petit des montants suivants : 50 \$ ou 10 % du prix des cours qui n'ont pas été suivis.

En cas d'abandon :

- Veuillez d'abord discuter avec vos entraîneuses. Il est possible qu'une autre solution soit envisageable. La communication est la clé!
- Remplissez le [Formulaire d'abandon – Élite Cheer Saison 2025-2026](#).



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Annexes



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org

Règlements Élite Cheer

Comme nous avons à cœur la pratique sécuritaire ainsi que l'intégrité de notre sport, nous avons mis en place certaines règles visant à assurer une saison des plus agréables à tous les membres de notre association. Veuillez lire attentivement ce qui suit.

Présence aux pratiques et aux événements

- La présence à toutes les pratiques et à tous les événements (à l'exception des démonstrations) est obligatoire.
- Si vous devez vous absenter pour des raisons valables (vacances, maladies, etc.), vous êtes tenu d'aviser directement votre entraîneur le plus rapidement possible.
- 3 absences non motivées et/ou non valables au cours de la saison pourraient entraîner l'expulsion de l'athlète.
- Une athlète qui n'est pas présente ou ne participe pas aux 3 pratiques avant un événement (showcase ou compétition) pourrait être remplacée pour cet événement.
- Les athlètes doivent arriver à l'heure et prêts. Les retards doivent également être signalés directement à votre entraîneur à l'avance.

Code vestimentaire et règles de sécurité lors des entraînements et des événements

- Les athlètes doivent porter des vêtements de sport appropriés ajustés au corps et des souliers appropriés.
- Il est interdit de porter des bijoux ou de mâcher de la gomme.
- Il est interdit d'être sous l'effet de l'alcool ou de la drogue.
- Les cheveux doivent être attachés en tout temps.

Autres renseignements

- La présence des parents aux entraînements est interdite.
- En cas de blessure, l'athlète et/ou les parents s'engagent à consulter un professionnel de la santé le plus rapidement possible et à assurer un suivi régulier auprès de l'entraîneur.
 - Un billet d'un professionnel de la santé (médecin, physio) est obligatoire pour reprendre l'entraînement à la suite d'une blessure.
- Votre comportement représente directement Élite Cheer Outaouais, c'est pourquoi une conduite exemplaire est attendue de tous les athlètes et parents lors des entraînements et des événements, ainsi que sur les réseaux sociaux;
- Un acte répréhensible de la part d'un athlète ou d'un parent lors d'un entraînement ou d'un événement envers un athlète ou parent (de notre association ou d'une autre) pourrait entraîner l'expulsion de l'équipe.



Horaire de mai à octobre

Voici l'horaire des pratiques pour la saison 2025-2026. Il sera modifié en octobre lorsque nous serons déménagés. Cet nouvel horaire vous sera communiqué dans quelques semaines. L'équipe s'entraînera les mêmes jours, les heures seulement seront modifiées.

PROGRAMME RÉCRÉATIF AUTOMNE 2025

Nom de l'équipe	Catégorie d'âge	Horaire de pratique
Believe	U8	Samedi de 8 h à 9 h
Fierce	U12	Samedi de 8 h 30 à 10 h

PROGRAMME PRÉCOMPÉTITIF

Nom de l'équipe	Catégorie d'âge	Horaire de pratique
Shine	U8	Samedi de 9 h à 11 h 30
Infinity	U12	Samedi de 10 h 30 à 13 h
Rebel	Open	Lundi de 19h30 à 21h30

PROGRAMME COMPÉTITIF, CIRCUIT PROVINCIAL

Nom de l'équipe	Catégorie d'âge	Horaire de pratique	
Miss Lime	U8	Lundi de 17 h 30 à 19 h 30	Samedi de 12 h à 14 h
Crush	U12	Mercredi de 17 h 30 à 19 h 30	Samedi de 13 h à 15 h
Code Black	U16	Mardi de 17 h 30 à 19 h 30	Samedi de 14 h à 16 h
HotShots	U18	Mardi de 19 h 30 à 21 h 30	Samedi de 15 h à 17 h

PROGRAMME COMPÉTITIF, CIRCUITS NATIONAL, SUMMIT ET WORLDS

Nom de l'équipe	Catégorie d'âge	Horaire de pratique	
Royalty	U12, niveau 1	Jeudi de 17 h 30 à 20 h	Dimanche de 8 h 30 à 11 h 30
Prodigy	U12, niveau 2	Mardi de 17 h 30 à 20 h	Dimanche de 10 h 30 à 13 h 30
Legacy	U16, niveau 2	Jeudi de 18 h 30 à 21 h	Dimanche de 14 h 30 à 17 h 30
Purple Lux	U16, niveau 3	Lundi de 18 h 30 à 21 h	Samedi de 16 h à 19 h
Shock	U16, niveau 3	Mercredi de 18 h 20 h 30	Dimanche de 12 h 30 à 15 h 30
Rise	Open, niveau 4	Mercredi de 19 h 30 à 21 h 30	Dimanche de 16 h 30 à 20 h
Pulse*	Open, niveau 6	Mardi de 18 h 30 à 21 h 30	Dimanche de 18 h 30 à 21 h 30

* Tous les entraînements de Pulse ont lieu au Collège Nouvelles-Frontières de mai à octobre.



Élite Cheer Outaouais

www.elitecheeroutaouais.org • info@elitecheeroutaouais.org