



Art dramatique ou Arts visuels



Art dramatique : Ève Moffet, Théâtre jeunesse Les Gros Becs, 418 825-7889, emoffet@lesgrosbecs.qc.ca

Arts visuels : Thierry Plante-Dubé, La Maison des métiers d'art de Québec, info@mmaq.com

Nombre d'heures d'entraînement : 8 h (13h30 à 15h30, 4 après-midi par semaine).

Critères de sélection : Être évalué par le responsable du programme.

Coûts : Environ 2500 \$ / année et 30\$ de frais d'audition

Lieu d'entraînement : Les Gros Becs ou La Maison des métiers d'art



Cyclisme

Responsable : Christine Gillard 418 655-5981 christine.msa@gmail.com

Description : Pratique de 3 disciplines cycliste : BMX, vélo de montagne et vélo de route. Offert à tous les jeunes qui ont un intérêt pour le vélo, du débutant à celui qui a de l'expérience et fait déjà partie d'un club de vélo.

Nombre d'heures d'entraînement : 8 h (de 13 h 30 à 15 h 30, 4 après-midi par semaine).

Coûts : Environ 2200 \$ / année.

Lieu d'entraînement : Vélo Concept Performance, 700 av. Nérée-Tremblay, Québec, G1N 4H7.



Danse

Direction des études : Lyne Binette

Pour infos : Tina Paquet, 418 649-4715 poste 226 / tpaquet@ledq.qc.ca

Nombre d'heures d'entraînement: 14h à 16h / semaine

Horaire: Lundi, mardi, jeudi, vendredi à partir de 13h30. La formation comprend deux classes de danse par jour. Lors de ces périodes, l'élève participe à l'une ou l'autre des classes suivantes: ballet contemporain, danse urbaine, atelier, création, rythmique et assouplissement. D'autres activités s'ajoutent (spectacles, classes de maître, etc.)

Critères de sélection: Répondre aux conditions d'admission de l'école des Berges et passer une audition à L'École de danse de Québec le 1^{er} novembre 2020 (autres dates possibles sur demande). Pré-requis en danse: Avoir un minimum de deux années de pratique en danse (ballet, contemporain, danse urbaine ou l'équivalent).

Coûts: 200\$ de frais d'inscription et 2800\$ de frais de scolarité (payable en plusieurs versements).

Lieu d'entraînement: L'EDQ, 310 boul. Langelier, bur. 214, Québec (Québec)

Gymnastique

Responsables : Sylvain Genois, 581 981-1GYM
sgenois@gymquebecperformance.com

Critères de sélection : Pour être admissible à la concentration sportive, l'athlète doit démontrer un grand intérêt pour la gymnastique et des aptitudes physiques et sportives afin de pouvoir suivre un programme quotidien d'entraînement permettant l'atteinte des objectifs du programme.

Gymnastique fille : Avoir au minimum participé à une compétition officielle des catégories JO 6 et plus ou au programme Défi provincial (3 ou plus) lors de la saison précédente.

Gymnastique garçon : L'évaluation gymnique par le personnel entraîneur du club déterminera si les acquis de l'athlète répondent à une admission possible au sein du programme de la concentration sportive.

Coûts : Environ 3800 \$ / année.

Lieu d'entraînement : Arpidrôme de Charlesbourg.

Hockey



Responsable : Daniel Lirette, directeur général 418 845-0284
directeur-general@quebec-centre.com

Louis-Philippe Létourneau, entraîneur chef, 418 802-6426 philletourneau17@hotmail.com

Glace : 4 entraînements sur glace de septembre à mi-mai (70 minutes/entraînement)

Hors glace: 4 entraînements hors glace de la mi-mai à juin (120 minutes/entraînement)

Critères de sélection : **1-** dossier scolaire; **2-** analyse du comportement; **3-** habilités et aptitudes à suivre le programme sur glace.

Coûts saison 2021-2022 : 1900 \$ / année (possibilité de 5 paiements).

Autres coûts :

1. Si participation à la ligue scolaire (RSEQ)

Lieu d'entraînement : Aréna de Bardy ou autre aréna de la ville de Québec.



Musique

Responsable : Isabelle Dionne 418 643-2190, p.225
isabelle.dionne-gignac@conservatoire.gouv.qc.ca
www.conservatoire.gouv.qc.ca

Nombre d'heures de pratique individuelle: 10 h / semaine. (2,5 heures x 4 jours).

Critères de sélection : Sur auditions (Frais de 50\$)

Frais d'inscription au Conservatoire 375\$ / an ou 100\$ / an Préconservatoire.
Musique-étude: Sans frais.

Lieu de l'activité : Conservatoire de musique, 270, rue Jacques-Parizeau, Québec, G1R 5G1.



QUÉBEC
EXCELLENCE
SYNCHRO

Natation artistique

Entraîneur-chef : Geneviève Mercier 418 806-8987
genmercier@yahoo.ca

Nombres d'heures d'entraînement : 15 h / semaine.

Critères de sélection : Communiquer avec l'entraîneur-chef.

Coûts : Environ 2000 \$ (frais d'affiliation, de solo, de duo et de compétitions, non-inclus).

Lieu d'entraînement : Piscine Jean-Paul-Nolin et Piscine Lucien-Flamand.



Natation de compétition

Entraîneuse : Johanne Girardin 418 656-2131, p. 408882
johanne.girardin@sas.ulaval.ca

Nombre d'heures d'entraînement : 5 entraînements par semaine (lundi, mardi, jeudi, vendredi de 13h30 à 15h30 et le samedi de 8 h 30 à 10 h).

Critères de sélection : Communiquer avec l'entraîneuse Johanne Girardin.

Coûts : Environ 1500 \$ + les frais de compétition.

Lieu d'entraînement : Peps de l'université Laval.



Patinage artistique

Responsable : Catherine Paris 418 951-1904 cathparis1@hotmail.com

Nombre d'heures d'entraînement : 12 h (de 13 h 15 à 16 h 50, 4 après-midi par semaine).

Critères de sélection : Être référé(e) par son entraîneur.

Coûts : Environ 1150 \$ / année. (+frais d'entraîneur).

Lieu d'entraînement : Centre communautaire Michel-Labadie, 3705, avenue Chauveau.



Les Gros Becs

CENTRE DE DIFFUSION DE THÉÂTRE JEUNESSE



CLUB
DE PLONGEON
DE QUÉBEC

Plongeon

Responsable : Johanne Boivin

418-656-2131 poste 412325

infoplongeon.aro@gmail.com

Nombre d'heures d'entraînement : 4 à 7 entraînements de 2,5 h / semaine.

Critères de sélection : Sur recommandation de l'entraîneur-chef seulement.

Coûts : Environ 2300 \$ + les frais de compétition.
Lieu d'entraînement : Peps de l'université Laval.



Soccer

Responsable : Fergus Brett 418 525-9998 fergus.brett@sympatico.ca

Description : programme de développement individuel

Sélection officielle : au mois de Mars.

Nombre d'heures d'entraînement : 8 h / semaine.

Critères de sélection : Lorsque l'on pense que les jeunes peuvent jouer en Sélection régionale ou aller vers la LSEQ.

Coûts : Environ 1300 \$ / année.

Lieu d'entraînement : Centre Jean-Paul-Nolin à Vanier.



Sport équestre – selle western

Responsable : Frédérique Laverdière 581 990-5501 laverdiere976@gmail.com

Nombre d'heures d'entraînement : 12 h (de 13h à 16h, 4 après-midi par semaine).

Critères de sélection : Être évalué et ensuite référé par le Centre de performance équestre Hélène Laverdière.

Coût : Environ 3600 \$ / année.

Lieu d'entraînement : Centre Performance Équestre Hélène Laverdière, au 3143, avenue Lapierre, Québec.



Tennis

Responsable : Sam Aliassime samaliassime@hotmail.com
Stéphane Paquet, entraîneur stephanepaquet70@hotmail.com

Heures d'entraînement : À partir de 6h, pouvant aller à plus de 15h par semaine, 4 jours par semaine (de septembre à juin), selon le programme d'entraînement.

Critères de sélection : Un rendez-vous est fixé par le responsable de l'Académie Aliassime pour une évaluation sur le terrain.

Coûts: À partir de 7500\$ / année, selon le programme d'entraînement : Contactez les responsables pour plus de précisions.

Lieu d'entraînement : Club Avantage et autres sites extérieurs.