



GForce
Cheerleading

OFFRE DE SERVICES 2024-2025



BIENVENUE CHEZ GFORCE

QUI SOMMES NOUS ?

GForce est le programme de cheerleading du Club Gymini. Un club dont la philosophie est basée sur le bien-être des athlètes ainsi que sur le dépassement de soi. G-Force est un lieu où naît la passion.

Grâce à un encadrement humain, une offre diversifiée et des installations sécuritaires, nous créons un environnement sportif unique qui prône le plaisir, le dépassement et la fierté.

Notre mission, rassembler tous ceux et celles qui désirent repousser leurs propres limites pour ainsi contribuer au développement et à la réussite de leur équipe.

NOS INSTALLATIONS

- 1 sol de 9 lisières
- 1 sol de 7 lisières
- 2 trampolines
- 2 trumble track
- 1 rod
- Tout l'équipement nécessaire pour réussir son tumbling

OÙ SOMMES-NOUS SITUÉS ?

GForce se situe à Vaudreuil-Dorion dans le Centre Multisports André-Chagnon. Directement à proximité des autoroutes 20, 30 et 40. Notre gymnase est également accessible via la gare de train (Exo) et les transports collectifs de Vaudreuil-Dorion.



NOS PROGRAMMES

Niveau d'engagement



Récréatif

- Présence souhaitée
- Inscription à la session
- 1 entraînement par semaine (1h à 1h30)

Novice

- Cours de classement requis (octobre)
- Présence fortement recommandée
- Inscription à la saison (octobre à juin)
- 1 entraînement par semaine (2h)
- Routine de 1:30 minute
- Participation à un événement compétitif (mai)
- Participation au Grand-Fest et au Showcase

Pré Compétitif

- Audition requise (juin)
- Présence obligatoire
- Inscription annuelle
- 2 entraînements par semaine
- 1 cours de tumbling par semaine
- Routine de 2:00 minutes
- Participation à 5 compétitions
- Participation au Grand-Fest et au Showcase

Compétitif Provincial

- Audition requise (juin)
- Présence obligatoire sous peine de sanctions
- Inscription annuelle
- 1 à 2 entraînements par semaine
- Routine de 2:30 minutes
- Participation de 1 à 3 compétitions
- Participation au Grand-Fest et au Showcase

Compétitif National

- Audition requise (juin)
- Présence obligatoire sous peine de sanctions
- Retards comptabilisés et sanctions
- Inscription annuelle
- 2 entraînements par semaine
- 1 cours de tumbling par semaine
- Routine de 2:30 minutes
- Participation à 5 compétitions dont une à l'extérieur du Québec
- Participation au Grand-Fest et au Showcase

Compétitif international

- Audition requise (juin)
- Présence obligatoire en tout temps sous peine de sanctions
- Retards comptabilisés et sanctions
- Inscription annuelle
- 3 entraînements par semaine
- 1 cours de tumbling par semaine
- Routine de 2:30 minutes
- Participation à 5 ou 6 compétitions dont une à l'extérieur du Canada
- Participation au Grand-Fest et au Showcase

Niveaux d'habiletés





LES AUDITIONS

Les auditions, aussi appelées tryouts, permettent aux entraîneurs de classer les athlètes dans le niveau qui leur convient le mieux tout en tenant compte des âges, grandeurs, ratios nécessaires et positions recherchées pour l'équipe.

Tous les athlètes intéressés à faire partie d'une équipe compétitive et précompétitive G-Force doivent participer aux auditions.

TOUS LES ATHLÈTES DOIVENT FAIRE UNE AUDITION ?

En effet, même les athlètes Gforce 2023-2024 devront faire les auditions annuelles, car elles permettent de former les équipes en tenant compte de l'ensemble des aptitudes des athlètes, mais aussi de leurs caractéristiques physiques et de leur complémentarité. Cette étape est primordiale afin d'entamer l'année du bon pied.

Des journées distinctes s'offrent à vous pour participer aux auditions selon l'année de naissance de l'athlète.

Le déroulement des auditions est simple : l'audition débutera par un échauffement en groupe, puis les athlètes seront dirigés vers diverses stations (sauts, stunts et tumbling) où les capacités physiques, mais aussi l'esprit sportif seront observés.

COMBIEN COÛTE UNE AUDITION ?

- 20\$ pour les nouveaux athlètes
- 10\$ pour les athlètes 2023-2024
- 10\$ pour l'audition des voltiges

INSCRIPTIONS

* La participation aux auditions ne confirme pas l'admission au programme.



LES AUDITIONS

L'ANNONCE DES RÉSULTATS

Dès l'arrivée des athlètes, lors de l'audition, un numéro sera attribué au participant. Ce numéro sera utilisé afin de préserver l'anonymat des athlètes lors du dévoilement des résultats en ligne sur notre page Facebook.

Un courriel individuel sera aussi envoyé à tous les participants afin de les informer de la décision rendue quant à leur classement.

HORAIRE DES AUDITIONS

Année de naissance du participant	Audition	Date	Heure
2020 à 2012 (U6-U8-U12)	Régulière	Lundi 17 juin ou Mardi 18 juin	17:15 à 18:45
2011 à 2006 (U16 & U-18)	Régulière	Lundi 17 juin ou Mardi 18 juin	19:00 à 21:00
Adultes (provincial)	Régulière	Mercredi 19 juin	17:45 à 19:15
Adultes (national)	Régulière	Mercredi 19 juin	19:30 à 21:15

2020 à 2012 (U6-U8-U12)	Voltige	Mercredi 19 juin	17:15 à 18:00
2011 à 2006 (U16 & U-18)	Voltige	Mercredi 19 juin	18:00 à 19:15



LE VOLET RÉCRÉATIF

Ce volet est une initiation au sport, il est donc ouvert à tous ceux qui veulent l'essayer. C'est un volet qui vise le plaisir avant tout.

Les filles et les garçons qui participent à ces cours feront l'apprentissage des éléments techniques de base.

Les cours sont offerts via la programmation récréative du Club Gymini. Les inscriptions se font à la session. Il y a quatre sessions durant l'année (automne, hiver, printemps et été).

NOS ÉQUIPES

PHANTOM 5-6 ans	Samedi 9:00 à 10:00 (session été)	169.99 \$
FALCON 7-8 ans	Samedi 10:15 à 11:30 (session été)	194.99 \$
MILLENIUM 9-12 ans	Samedi 9:00 à 10:00 (session été)	194.99 \$



LE VOILET NOVICE

Le volet novice offre une initiation au cheerleading aux jeunes athlètes âgés de 5 à 12 ans. Il est possible de rejoindre ce volet à deux moments de l'année : lors des auditions de juin ou lors des auditions d'octobre. Les enfants sélectionnés en juin auront la possibilité de développer leurs compétences au sein d'un groupe mixte (U8 et U12) jusqu'en octobre, date à laquelle les athlètes de la deuxième audition se joindront pour former deux équipes distinctes en fonction de leur âge.

La présence aux entraînements est fortement recommandée. Les jeunes athlètes participeront à un évènement compétitif en mai. De plus, ils auront l'opportunité de prendre part au Grand-Fest en novembre et de participer à un spectacle en fin de saison. Ne tardez pas à inscrire votre enfant dès maintenant pour une année d'apprentissage amusante et stimulante dans le monde du cheerleading !

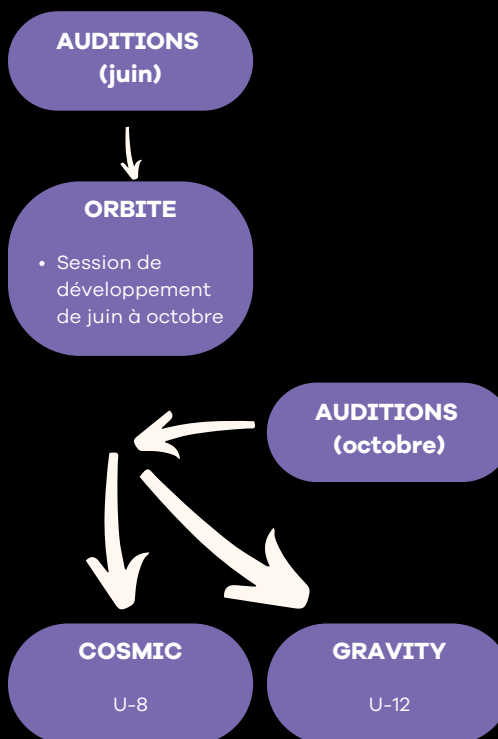
NOS ÉQUIPES

COSMIC

U-8 (2016-2020)

GRAVITY

U-12 (2012-2017)





LE VOLET PRÉCOMPÉTITIF

Le volet précompétitif est conçu pour préparer les athlètes à la compétition. Les participants doivent passer une audition en juin et s'engager à être présents aux deux entraînements hebdomadaires et à un cours de tumbling chaque semaine. Ils participeront également à cinq compétitions tout au long de l'année, ainsi qu'au Grand-Fest et au spectacle de fin d'année. Cette inscription annuelle est idéale pour les athlètes ambitieux qui cherchent à améliorer leurs compétences et à faire progresser leur niveau de performance.

NOTRE ÉQUIPE

ÉCLIPSE

U-12 (2012-2017)

Prep. Niveau 1



LE VOLET COMPÉTITIF PROVINCIAL

Le volet compétitif provincial est destiné aux athlètes expérimentés souhaitant compétitionner à un niveau supérieur. Une audition est requise en juin pour participer à ce volet. La présence est obligatoire sous peine de sanctions. Les athlètes s'entraînent une à deux fois par semaine et participent à une à trois compétitions au cours de la saison, ainsi qu'au Grand-Fest et au spectacle de fin d'année.

NOTRE ÉQUIPE

GOLDIES

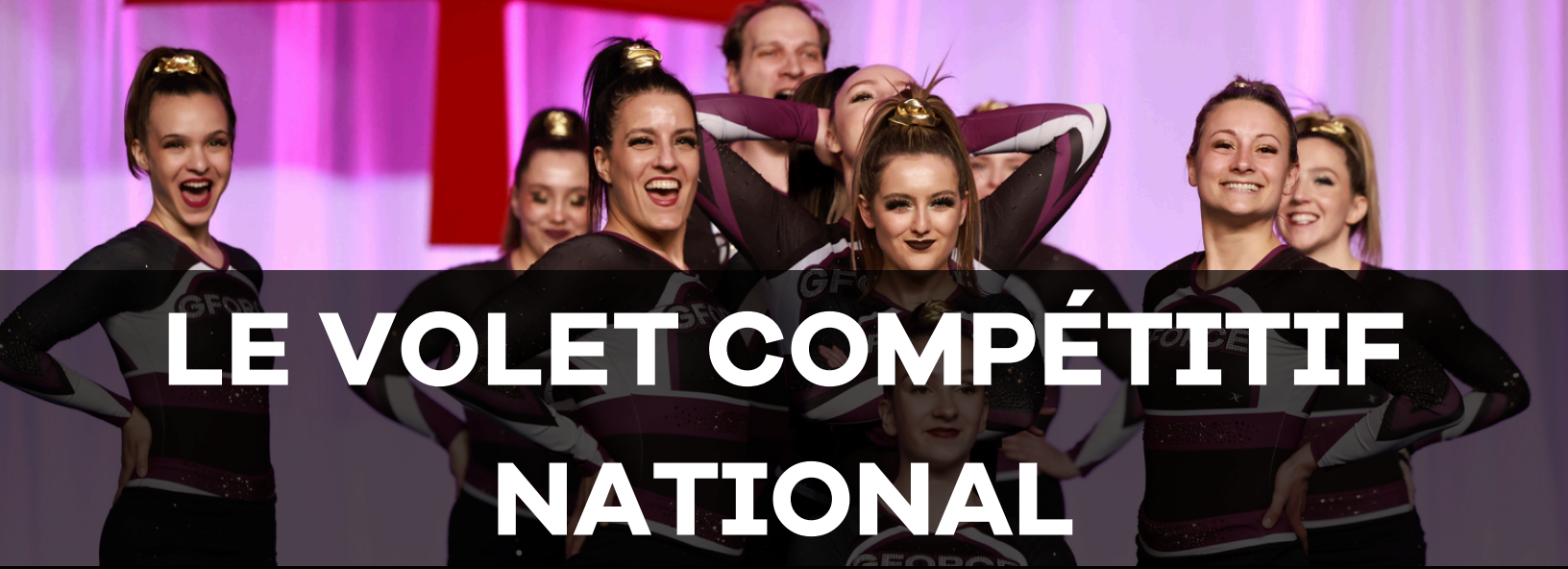
(2007 ou avant)

NIVEAUX POSSIBLES*

Open 2ST

Maîtres 2ST

* Les niveaux seront déterminés à partir des auditions



LE VOLET COMPÉTITIF NATIONAL

Le volet compétitif national est destiné aux athlètes ambitieux et déterminés à exceller à l'échelle nationale. Ce volet exige une présence obligatoire à tous les entraînements et compétitions, avec des retards comptabilisés et des sanctions appliquées en cas d'absences répétées. Les athlètes s'entraîneront deux fois par semaine, avec un cours de tumbling et conditionnement physique supplémentaire pour améliorer leurs compétences. Ils participeront à cinq compétitions, y compris une compétition à l'extérieur du Québec, et auront la chance de se produire lors du Grand-Fest et du spectacle de fin d'année. L'audition est requise pour participer à ce volet prestigieux.

NOS ÉQUIPES

GALAXY

U-12 (2012-2017)

SKYWALKERS

U-16 (2008-2013)

TROOPERS

U-12 (2012-2017)

REBELS

Open (2009 ou avant)

NIVEAUX POSSIBLES*

Niveau 1

Niveau 2

Niveau 3

Niveau 4 ou 4ST

Niveau 5 ou 5ST

* Les niveaux seront déterminés à partir des auditions



2024

CLUB CHEER & DANCE TEAMS

LE VOLET COMPÉTITIF INTERNATIONAL

Le volet compétitif international représente le plus haut niveau d'engagement de notre programme. Avec pour objectif la qualification pour les championnats du monde, ce volet nécessite une audition en juin et une présence obligatoire en tout temps sous peine de sanctions. Les athlètes s'entraîneront trois fois par semaine et participeront à 5 à 6 compétitions, dont au moins une à l'extérieur du Canada, ainsi qu'au Grand-Fest et au spectacle de fin d'année. Les retards seront comptabilisés et des sanctions appliquées. Ce volet est réservé aux athlètes les plus motivés et engagés.

NOTRE ÉQUIPE

KNIGHTS


U-18 (2006-2011)

NIVEAUX POSSIBLES*

Niveau 5 ou 5ST

* Les niveaux seront déterminés à partir des auditions

SAISON 2024-2025 | GFORCE





SPORT-ÉTUDES

Le programme Sport Arts-Études de l'école secondaire de la Cité-des-Jeunes, dont le G-Force est un mandataire sportif, offre une occasion unique aux élèves athlètes de concilier leur passion pour le sport et leur réussite scolaire. Ce programme est conçu pour les élèves athlètes talentueux, membres d'une équipe des volets compétitifs, provincial, national ou international, qui souhaitent atteindre l'excellence sportive tout en poursuivant leurs études secondaires. Les élèves inscrits au programme bénéficient d'un soutien personnalisé pour leur permettre de réussir tant sur le plan sportif que scolaire. Toutefois, le programme exige une grande autonomie et un engagement soutenu de la part des élèves pour réussir dans les deux sphères. Le programme Sport Arts-Études est donc une excellente option pour les jeunes qui veulent réaliser leur potentiel sportif et académique.

NOTRE GROUPE

LEGENDS

Secondaire 1 à 5



NOUS JOINDRE



Frédérique Côté

Coordonnatrice du secteur compétitif de cheerleading

frederique.cote@clubgymini.org

450-455-3141

www.clubgymini.org

Réseaux sociaux



Instagram : [@gforce.cheer](https://www.instagram.com/gforce.cheer)

Facebook : [G-Force Cheerleading](https://www.facebook.com/G-Force-Cheerleading)

[Accéder à la documentation complète de l'association GForce](#)



GForce
Cheerleading