



ANGELS CHEERLEADERS

DOSSIER D'INSCRIPTION

C'est parti pour notre 10ème saison!

Merci aux athlètes, aux parents d'athlètes, au coaching staff, aux bénévoles, à la fondatrice, Joëlle Krummenacher. Sans vous, nous ne serions pas arrivés jusque là aujourd'hui.

En effet, pour cette 10ème saison, les Angels vous réserve quelques petites surprises : cela va de la création d'une nouvelle équipe, les Senior Zenith, à la création d'un nouveau cours de stretching, en passant par le fait que les Senior Eclipse auront l'immense honneur de représenter la Suisse aux championnats du monde à Orlando en avril 2018!

Pour faciliter un peu la communication de toutes ces nouveautés, nous vous avons concocté un dossier d'inscription pour la saison 2017-18 qui se veut exhaustif, et qui est censé répondre à toutes questions! Si ce n'est pas le cas, n'hésitez pas à nous envoyer un e-mail à florence@lausanneangels.ch, ou nous envoyer un message sur notre page Facebook (www.facebook.com/LausanneAngels), ou encore appeler Lourdès au +41 79 431 14 41. Merci aux anciens athlètes et aux nouveaux de lire attentivement tout le dossier.

Il se peut que certaines informations soient sujettes à modifications. Nous en sommes désolés, il est parfois difficile de tout fixer en début de saison !

*Florence Léchat
Présidente des Angels Cheerleaders*



www.lausanneangels.ch

www.facebook.com/lausanneangels

Instagram: @lausanneangelscheerleaders

<http://www.youtube.com/lausanneangels>

Une place pour vous dans une (ou deux) de ces six équipes



Mercredi: 16h45 à 17h30

- ★ Aloha Open
- ★ Spirit Fever Open

- Cotisation: 200 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf



Mercredi: 17h30 à 19h
Vendredi: 17h30 à 19h

- ★ Aloha Open
- ★ Spirit Fever Open
- ★ Championnat Suisse
- ★ Open de Lyon

- Cotisation: 300 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf
- Uniforme: 160 chf



Mercredi: 17h30 à 19h
Jeudi: 19h à 20h30

- ★ Aloha Open
- ★ Spirit Fever Open
- ★ Championnat Suisse
- ★ Open de Lyon

- Cotisation: 300 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf
- Uniforme: 170 chf



Mercredi: 19h à 20h
(jusqu'à 21h30, si pas de crossover)

- ★ Aloha Open
- ★ Spirit Fever Open
- ★ Open de Lyon
- ★ Future Cheer Bournemouth

- Cotisation: 300 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf
- Uniforme: max. 120 chf



Mercredi: 20h à 21h30

Pas de compétitions

- Cotisation: 200 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf



Lundi: 19h à 21h
Mercredi: 20h à 22h

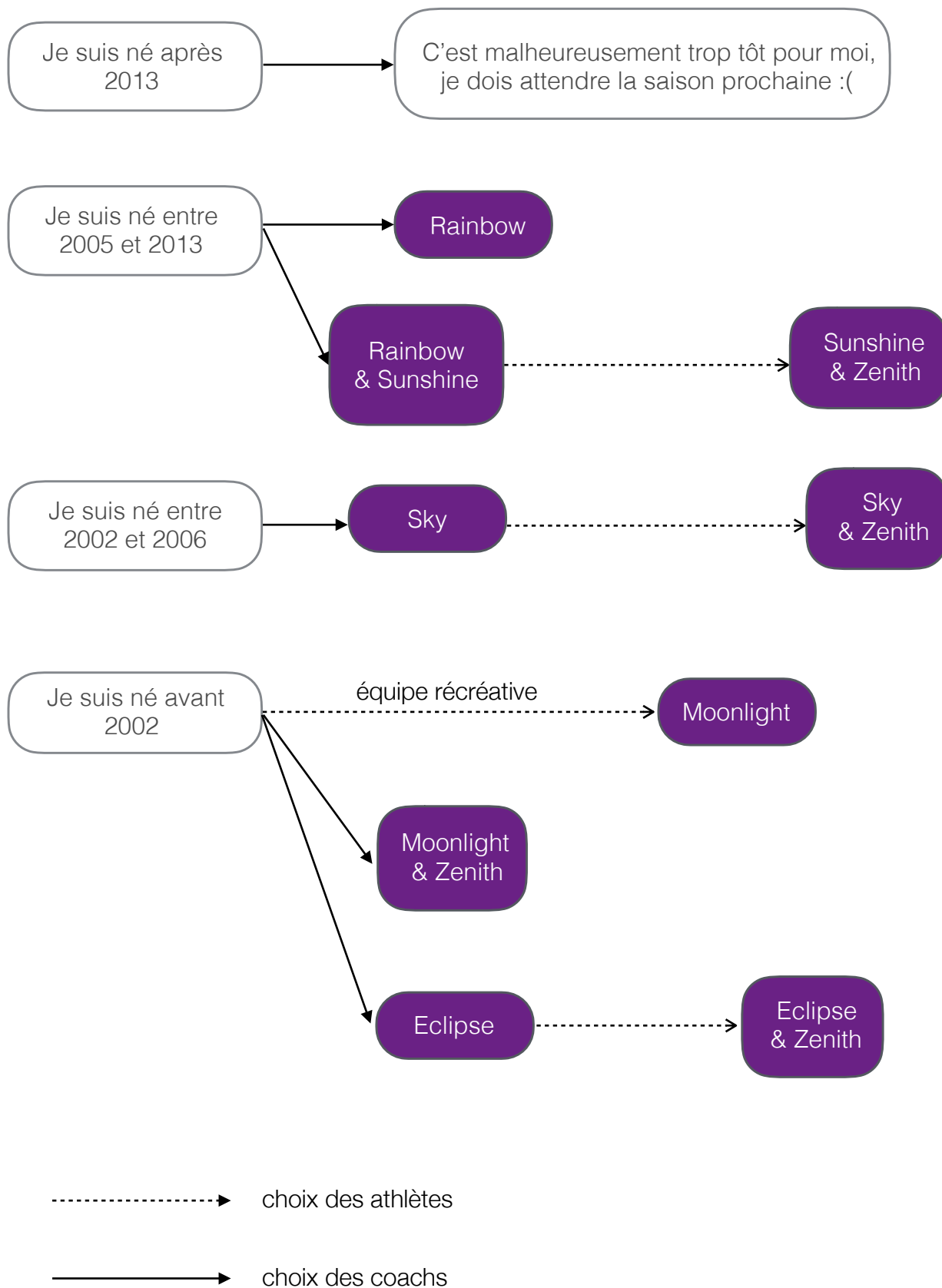
- ★ Aloha Open
- ★ Spirit Fever Open
- ★ Worlds ICU
- ★ Worlds USASF
- ★ Championnat Suisse
- ★ Open de Lyon

- Cotisation: 350 chf
- T-Shirt: 25 chf
- Bow: 20 chf
- Uniforme: 120 chf pour les filles, 135 chf pour les gars
- Equipement suisse en plus

Si vous faites deux équipes, vous ne payez qu'une seule cotisation, la plus chère.

La cotisation pour les Open Gyms coûte 200 chf pour la saison.

Il y a trop d'équipes, je ne comprends pas la différence ?
Quelle équipe pourrait me correspondre ?



Ne t'en fais pas, tu auras de toute façon une place dans une de nos équipes! (À moins que tu n'aies que 4 ans... dans ce cas, il faudra patienter un peu...)

Entraînements 2017-18

	Lundi	Mardi	Mercredi		Jeudi	Vendredi
16h45			Rainbow de 16h45 à 17h30			
17h						
17h15						
17h30			Sunshine de 17h30 à 19h	Sky de 17h30 à 19h		Sunshine de 17h30 à 19h
17h45						
18h						
18h15						
18h30						
18h45						
19h	Eclipse de 19h à 21h		Zenith de 19h à 20h		Sky de 19h à 20h30	Stretching ou Tumbling de 19h à 20h
19h15						
19h30						
19h45						
20h			Eclipse de 20h à 22h	Moonlight de 20h à 21h30		
20h15						
20h30						
20h45						
21h						
21h15						
21h30						
21h45						

Sous réserve de modification

Stretching & Tumbling: Le vendredi de 19h à 20h, vous aurez la possibilité de suivre des cours de Stretching donné par Lourdès, puis la semaine d'après, un cours de tumbling donné par des coachs de gymnastique. Ces cours sont inclus dans votre cotisation d'équipe. Si vous ne faites pas partie d'une équipe, vous avez la possibilité de vous inscrire à la saison en 'Open Gym' et ainsi de suivre ces cours. (Attention: Ces cours sont susceptibles d'être annulés de temps en temps.)

Entraînements supplémentaires: Les zones en violet clair sont les zones considérées comme Open Gym, c'est-à-dire que vous pourriez techniquement vous entraîner durant ces heures là, mais ce ne sera pas sous la supervision d'un coach. Venez seul, ou en groupe, améliorer votre tumbling, vos jumps, vos stunts ! La salle de gym n'est pas ouverte tout le temps, organisez vous avec un coach pour être sûr que vous pouvez avoir accès à la salle.

Cours privés: Les coachs sont à votre disposition pour des privées de tumbling, stunts, jumps ou danse: 30.- pour 30 minutes (1 personne) + 10.- / personne.

Les entraînements Angels commencent le lundi 21 août, le dernier entraînement (barbecue) sera le vendredi 29 juin 2018.

Présence aux entraînements

Gestion du temps: pour les athlètes aux études, nous sommes au clair sur le fait que l'école est la priorité, et c'est important pour nous que nos athlètes soient de bons élèves, certains de nos coachs donnent même des cours particuliers de mathématiques et français à des athlètes, évidemment en dehors des heures d'entraînement ! Nous attendons de nos athlètes qu'ils sachent gérer leur temps, et nous pensons qu'il est possible pour nos athlètes d'obtenir de bonnes notes aux études tout en respectant leur engagement dans leurs équipes Angels. L'excuse 'Je ne peux pas venir à l'entraînement car j'ai des devoirs / un examen demain', est inacceptable. Nous sommes persuadés qu'il faut un bon équilibre, entre sport / loisir et études.

Blessures & maladies: Lorsqu'un athlète est malade ou blessé, il doit quand même être présent à l'entraînement. Il peut prendre un livre ou ses devoirs pour travailler, mais nous demandons aux athlètes de venir afin qu'il ne prenne pas du retard lorsqu'il reviendra. Il est important que l'athlète écoute les conseils donnés, apprenne les changements de chorégraphie, et essaie de visualiser les nouvelles techniques apprises lors de l'entraînement, malgré le fait qu'il ne puisse pas pratiquer.

RDV chez médecins & etc.: Nous vous demandons de placer ces rendez-vous sur d'autres plages horaires que les entraînements.

Vacances: nous demandons aux athlètes de prendre leurs vacances sur les vacances scolaires du canton de Vaud.

Merci de tenir au courant vos coachs, lorsqu'une absence est inévitable, et lors de blessures, de tenir au courant le coach de l'évolution de la blessure, date de reprise, mouvements à éviter, etc.

Les athlètes et leurs familles doivent comprendre qu'une absence à un entraînement peut entraîner un changement de position, de chorégraphie et de groupstunt. Les coachs se réservent le droit de pouvoir faire des changements pour le bien de l'équipe.

Cotisations

Factures: Peu après votre inscription, le coach vous donnera vos factures. Elles peuvent être payées par tranche de 100 chf.

Crossovers: Si un athlète fait équipe & group stunt, il ne paie que l'équipe, la cotisation group stunt est incluse. Pareil pour l'open gym, les athlètes peuvent venir quand ils veulent! Si un athlète fait deux équipes, alors il ne paie que la cotisation de l'équipe la plus chère.

Rabais famille: à partir du deuxième enfant sous le même foyer, réduction de 50 chf.

Remboursement: que l'athlète commence en cours de saison, ou part au milieu de saison, il n'y a pas de réduction ni de remboursement. La cotisation est due entièrement.

Equipement: L'athlète doit avoir un short noir aux compétitions, et des chaussures blanches de sport, appropriées au cheer.

La cotisation comprend les inscriptions aux compétitions, les trajets pour le championnat suisse et l'open de Lyon (sous réserve de participation), les coachs externes, le matériel d'entraînement et la musique d'équipe.

Début de saison

assemblée générale
date à fixer



Aloha Open
dimanche 17 décembre 2017



Spirit Fever Open
samedi 24 mars 2018



Worlds
fin avril 2018

showcase
mercredi 23 mai 2018



Championnat Suisse
samedi 26 mai 2018



Open de Lyon
date inconnue (mai-juin)

barbecue
vendredi 29 juin 2018



Future Cheer
7-8 juillet 2018

Fin de saison

Assemblée générale date à fixer, à Renens

Comme toute association, les Angels tiennent une assemblée générale annuelle, les athlètes et parents des athlètes sont attendus à cet évènement! Nous vous rassurons, la partie administrative est très courte, c'est l'occasion de faire un feedback sur l'année écoulée et les projets pour la saison à venir! C'est aussi l'occasion de partager un moment entre Angels au début de la saison!

Aloha Open 2017 dimanche 17 décembre 2017, à Lausanne

Aloha Open est une compétition organisée par les Angels. La première édition en 2016 a eu beaucoup de succès, et les athlètes étaient contents de pouvoir déjà montrer les routines en décembre. Cela a aussi été un bon moyen de récolter de l'argent pour le club. Nous allons donc renouveler l'expérience et organiser une deuxième édition. Nous comptons sur l'aide des parents, et des athlètes pour mener à bien cette compétition! Lors de la première édition, nous avons atteint les 150 athlètes, nous visons à atteindre les 200 athlètes!

Une initiation au cheer et un camp auront lieu le samedi, les bénéfices du camp reviendront à l'équipe Eclipse pour les aider à financer leur voyage aux USA.

La compétition aura lieu à la salle du Vieux Moulin, et le camp & initiation à la salle du Verdeaux à Renens.

Spirit Fever Open 2018 samedi 24 mars 2018, à Lausanne

Nous avons de la chance d'avoir le Spirit Fever Open qui est organisé dans la région lausannoise depuis quelques années. Cette compétition compte plus de 750 participants et 300 spectateurs. Des équipes d'Allemagne, d'Italie, et de France sont présentes en plus de la quasi totalité des équipes Suisses!

Worlds 2018 fin avril 2018, à Orlando, Floride, USA

Cette compétition ne concerne que l'équipe Senior Eclipse. Les athlètes voleront jusqu'à Orlando pour représenter la Suisse aux championnats ICU, puis représenter les Angels aux championnats USASF. Vous pourrez les suivre en live sur internet. Nous vous enverrons les liens.

Showcase mercredi 23 mai 2018, à Renens

Deux mois se sont écoulés depuis la dernière compétition, les équipes se réjouissent de vous montrer les améliorations de leurs routines! Le championnat suisse étant à Saint Gall, c'est l'occasion aux familles et amis de venir voir et soutenir les Angels à domicile. C'est une excellente préparation pour chacune de nos équipes!

Championnat Suisse samedi 26 mai 2018, à St-Gall

Chaque année toutes les équipes suisses se rencontrent et visent le titre de champion. C'est l'occasion de rencontrer d'autres cheerleaders et de leur montrer tous les efforts investis dans la routine!

Spirit Academy Open date inconnue (~mai/juin 2018), à Lyon

Les Angels ont participé au Spirit Academy Open en 2016 et ont adoré l'expérience! Nous attendons impatiemment que la date tombe pour 2018, pour savoir si nous pouvons y

participer! L'incroyable atmosphère et le plaisir de rencontrer de nouvelles équipes que l'on ne croise pas dans les autres compétitions, cela n'a pas de prix!

Barbecue vendredi 29 juin 2018, à Lausanne

Le stress des compétitions étant retombés, il est temps de profiter un peu en famille de notre soleil et bord du lac! Si la météo n'est pas bonne ce jour là, nous déplacerons ce barbecue à une autre date. Athlètes, familles d'athlètes, amis d'athlètes, tous sont les bienvenus!

Future Cheer week-end du 7-8 juillet 2018, à Bournemouth

C'est une première, les Angels vont en Angleterre! L'équipe Senior Zenith ira à une compétition Future Cheer à Bournemouth. C'est à côté de la plage! Le voyage et hôtel n'est pas compris dans la cotisation, mais nous allons tout faire pour que le budget du week-end soit compris dans un forfait de 200 chf.

Prévoyez que l'aller se fera sûrement le vendredi et le retour le lundi. En effet, c'est une des plus grandes compétitions en Europe, et elle dure donc 2 jours entiers, samedi et dimanche. Nous ne pouvons pas prévoir le planning à l'avance, nous pourrions passer soit samedi matin, soit dimanche soir tard.

Angels recherche bénévole: athlètes, parents, anciens athlètes?

Le club des Angels commence à bien tourner, entre le coaching staff, le trésorier, etc.

Mais nous avons toujours besoin d'aide, car nous aimerions que le club évolue, grandisse, propose plus! Voici les différents postes à pourvoir:

Responsable Sponsoring

Cela nous tient à coeur que tout le monde puisse faire du cheerleading, quelque soit leurs situations financières. Nous aimerions donc nous améliorer de ce côté là

Demande de lots de tombola

Afin de récolter des fonds pour le clubs nous prévoyons d'organiser une tombola. Nous aurions donc besoin de personnes récoltant des lots.

Aloha Open

La compétition Aloha Open est une compétition organisée par les Angels Cheerleaders. L'édition 2018 sera la deuxième édition. Tous les bénéfices reviennent au club, nous comptons donc sur vous tous, athlètes, amis, famille pour nous aider lors de cet évènement!

Merci énormément!

*Mise en place
Entrée
Buvette
Stand Angels
Tombola
Sono - Musique
Rangements*



Team mom & dad

Il est parfois difficile de garder l'oeil sur tous les athlètes du club, nous aimerions donc avoir 2-3 teams moms & dads par compétition qui sont là pour s'occuper des plus jeunes !

Fan club !

Petit comité pour soutenir les Angels aux compétitions: se réunir au même endroit pour encourager les Angels, s'occuper que les fans aient les t-shirts Angels! Créer des bannières pour encourager les Angels.

Parler autour de vous

La meilleure façon de faire connaître le club et de faire grandir le cheerleading en suisse est d'en parler autour de vous! N'hésitez pas à amener vos amis et leur donner l'occasion de découvrir ce sport!

Inscription 2017-18



Prénom

Nom

Date de naissance (jj.mm.aaaa)

Nationalité

Adresse

NPA & Ville

Téléphones (Maison & Natel)

E-mail

Facture par tranche de 100 chf

Parents/contact en cas d'urgence

Problèmes de santé de l'athlète

Prénom

Nom

Natel

E-mail

Je suis motivé à accompagner les athlètes en compétition

Je suis motivé à aider le club, en aidant pour le sponsoring, ou l'organisation, ou autre !

Comment avez-vous connu Angels?

Informations concernant la saison 2017-18

Peewee Rainbow

Senior Zenith

Group stunt

Peewee Sunshine

Senior Eclipse

Partner stunt

Junior Sky

Senior Moonlight

Open gym

En signant, j'accepte le code de conduite des Angels et je m'engage à le respecter. Je m'inscris pour toute la saison. Je prends également la responsabilité de tout accident qui pourrait m'arriver en pratiquant le cheerleading. Je certifie que toutes les données sont à jour et exactes.

Date

Signature athlète

Signature parents
(pour athlètes mineurs)

Code de conduite Angels, cochez chaque phrase!

Je, sous-signé, m'engage à:

- Être présent à tous les entraînements durant toute la saison. Les absences peuvent être un motif de renvoi de l'équipe. Toute absence pour raison exceptionnelle doit impérativement être annoncée au coach à l'avance. Lorsqu'un athlète est malade, ou blessé, il doit quand même être présent à l'entraînement. Les vacances doivent être prises pendant les vacances scolaires des Angels.
- Aider à la mise en place des tapis avant l'heure du début de l'entraînement. A l'heure du début de l'entraînement, être prêt, habillé en habits de sport, chaussures aux pieds, cheveux attachés, piercings et bijoux enlevés! Avoir les ongles courts. Ne pas avoir de chewing-gum.
- Angels n'est pas responsable en cas de vol. Nous conseillons aux athlètes de ne pas laisser d'affaires aux vestiaires. L'athlète peut sans autre amener son sac dans la salle d'entraînement.
- Propreté: En quittant la salle, veillez à ne pas laisser trainer votre bouteille d'eau, ni aucun déchet. Nous vous rappelons qu'il est interdit de manger dans la salle de gymnastique, et de boire des boissons autres que de l'eau dans la salle elle-même. Vous pouvez boire et manger dans le hall.
- Montrer du respect envers les personnes côtoyées lors de la pratique du sport et des activités, que ce soit les coachs, coachs externes ou athlètes
- Les coachs, athlètes et parents d'athlètes sont priés de ne pas répandre de rumeurs ou critiquer tout membre des Angels ou d'autres équipes. si un problème survient, parlez en directement aux coachs. veillez à ne pas poster sur les réseaux sociaux des commentaires vis à vis du club, du sport, d'un athlète, ou d'un autre club.
- Être présent à toutes les compétitions.
- Rendre les feuilles à signer et faire les paiements dans les délais.
- Avoir un comportement irréprochable et décent lorsque je porte les couleurs des Angels
- En cas d'inscription en cours d'année la totalité de la cotisation est due. Pas de remboursement en cas de départ ou renvoi de l'équipe
- L'équipement est à la charge des membres. L'obtention d'un uniforme à sa taille est obligatoire.
- Autoriser que les photos & vidéos des entrainements, diverses activités, compétitions, camps,... soient publiées sur internet, sites et réseaux sociaux. En signant le règlement, vous autorisez que l'image du membre soit utilisée dans le cadre de la médiatisation du club.
- Si je stunt en dehors des activités des Angels, (et aussi pendant les activités Angels), je m'engage à le faire de manière sécurisée!

Date

Signature athlète

Signature parents
(pour athlètes mineurs)

.....