

# Les modalités d'inscription

Possible à partir de 5 ans pour une licence du type loisir et à partir de 6 ans pour une licence du type compétition. Le passage à l'école de patinage est conseillé pour tout enfant débutant.

## Première adhésion :

Une photo d'identité, une copie d'une pièce d'identité du futur patineur, un certificat médical spécifiant « Pratique du Roller Skating en Compétition », la fiche de renseignement avec autorisation parentale pour les moins de 18 ans, 3 enveloppes timbrées à votre adresse (convocation de l'Assemblée Générale, etc., sauf en cas d'indication d'une adresse mail) ainsi que le paiement correspondant. Possibilité d'un essai avant adhésion.

## Renouvellement d'adhésion :

Une photo d'identité, un certificat médical spécifiant « Pratique du Roller Skating en Compétition », la fiche de renseignement avec autorisation parentale pour les moins de 18 ans, 1 enveloppe timbrée à votre adresse (convocation de l'Assemblée Générale, etc., sauf en cas d'indication d'une adresse mail) ) ainsi que le paiement correspondant.

Le renouvellement d'adhésion doit être fait pour le **30 septembre au plus tard**.

Toute demande ou renouvellement d'adhésion doit transiter via le responsable de la discipline concernée.

# Les cotisations

Adhésion par foyer	Type de licence			Dirigeant et entraîneur
	Loisir	Compétition		
	Plus de 15 ans	Moins de 13 ans	Plus de 13 ans	
1er adhérent	87,00 €	76,00 €	87,00 €	43,00 €
2ème adhérent	84,00 €	73,00 €	84,00 €	
3ème adhérent	81,00 €	70,00 €	81,00 €	

### **Cette cotisation comprend :**

La cotisation du club  
La licence fédérale assurances incluses  
La cotisations ligue régionale et comité départemental

### **Mode de paiement de la cotisation :**

Par chèque bancaire ou postal, libellé à l'ordre du R.O.C.S.  
Coupon sport et Ticket CAF

**Du LOISIR à la COMPÉTITION, Le R.O.C.S.**



*c'est la PASSION du ROLLER*



**Alors n'hésitez plus, venez nous rejoindre.**



# ROCS Information

Notre club est basé sur le bénévolat de tous ses membres. Les entraîneurs et dirigeants du R.O.C.S. seront heureux de vous accueillir et vous faire partager leur passion du Roller.

## Les coordonnées du club

## Les disciplines

- Le patinage artistique sur roller
- La course
- Le roller in line hockey (RIL Hockey)
- Le rink-hockey
- Le slalom /acrobatique
- La randonnée
- L'école de patinage

## Les modalités d'inscription

## Les cotisations

## Les entraînements



# Coordonnées du club

Adresse postale : **R.O.C.S. - François Sylvain – 3 Rue Odette Grelet  
45400 Fleury Les Aubrais**

Tél. : **02 38 22 09 94** – E-Mail : **rocs45info@aol.com**

Siège Social et Secrétariat : **Gymnase Maurice Millet, rue Maurice Millet - 45140 ST JEAN DE LA RUELLE**

E-Mail : **rocs45info@aol.com**- Site Internet : **rocs45.fr**

Association loi 1901, déclarée le 3 juin 1986 et publiée au Journal Officiel le 9 juillet 1986

Siret : 338 116 288 00022 – Code APE : 926 C



# Les disciplines



## ARTISTIQUE

Contacteur : **Suzanne FERREIRA**  
Tél. : **02 38 43 80 35**  
Email: [suzyanne@aol.com](mailto:suzyanne@aol.com)

La technique, le style et le sens du rythme sont les trois éléments essentiels à la pratique du patinage artistique qui associe la danse, la chorégraphie et la comédie.

Confrontés à des épreuves libres ou imposées, les patineurs exécutent, en solo, en couple ou en groupe synchronisé, des figures associant technique et chorégraphie sur fond musical.

Contacteur : **François SYLVAIN**  
Tél. **06 26 72 72 18**  
E-Mail : [francoqc@aol.com](mailto:francoqc@aol.com)



## COURSE

La course de vitesse, seul ou en peloton, sur la route ou sur piste.

Le coureur affronte le chronomètre ou ses adversaires sur des distances allant de 120 mètres à 42 kilomètres, en passant par des épreuves classiques : 1 500, 3 000, 5 000, 10 000 et 20 000 mètres. La finalité : être le premier et passer la ligne en vainqueur. Cette discipline allie puissance et agilité.

## SLALOM/Acrobatique

Contacteur : **P.A. LAPORTE**  
Tel : **06 88 97 67 10**  
E-Mail : [acro.rocs@gmail.com](mailto:acro.rocs@gmail.com)

Cette nouvelle discipline du club allie vitesse et technique sur des parcours dont les plots peuvent être espacés de 50, 80 ou 120 cm seulement.

Pratiquée en compétiteur ou amateur, les slalomeurs peuvent tester leur rapidité et/ou développer leur sens artistique en présentant des chorégraphies en musique.

De plus, les patineurs peuvent aussi se lancer dans le saut en hauteur pure, saut en longueur ou saut figure

# Les disciplines



## RINK HOCKEY

Contacteur : **François SYLVAIN**  
Tél. **06 26 72 72 18**  
E-Mail : [francoqc@aol.com](mailto:francoqc@aol.com)

Un sport d'équipe : 4 joueurs de champ et 1 gardien, munis de crosse et d'un équipement adapté.

Les joueurs se mesurent à une équipe adverse pendant deux mi-temps de 25 minutes. La finalité : marquer un maximum de buts. Cette discipline réclame une grande technique dans le maniement de la crosse et une maîtrise complète du patinage.



## R.I.L. HOCKEY

Contacteur : **Vincent CARDON**  
Tel : **06 62 64 54 58**  
E-Mail : [vincent.adm@free.fr](mailto:vincent.adm@free.fr)

Discipline sportive à part entière, il découle du hockey sur glace et oppose deux équipes de cinq joueurs dont un gardien pendant deux mi-temps. La durée des mi-temps sont fonction de la catégorie d'âge des joueurs. Les pratiquants doivent posséder une grande qualité technique et une très bonne condition physique afin de palier à la fois à la vitesse et aux conditions de jeux.



## RANDONNEE

Contacteur : **Aurélien BOUCHER**  
Tél. : **06.42.36.66.97**  
E-Mail : [Orelienb45@hotmail.com](mailto:Orelienb45@hotmail.com)  
**Jacky LAMIRAULT** Tél. : **06.74.93.06.55**  
E-Mail : [jlamirault@free.fr](mailto:jlamirault@free.fr)

Elle permet aux plus grands nombres de pratiquer un sport de détente et d'entretien, dans la décontraction, la bonne humeur et la convivialité. Le but des patineurs est de participer dès le printemps à des « Randonnées familiales » voire plus ...



## Ecole de patinage

Contacteur : **Jacky LAMIRAULT**  
Tél. : **06.74.93.06.55** E-Mail : [ecole.patinage.rocs@free.fr](mailto:ecole.patinage.rocs@free.fr)

**Le groupe Ecole de Patinage** a pour objectif d'enseigner les bases du patinage aux débutants, à partir de 5 ans. Le passage à l'école de patinage est conseillé. Mélange de technique et de jeux, elle permet aux patineurs de choisir ensuite, la discipline qu'ils désirent pratiquer au sein du club.

**Le club peut vous louer de l'équipement (patins, protections, etc.), dans la limite des stocks disponibles et selon la discipline pratiquée.**

# La semaine du ROCS

Gymnase  
Maurice Millet

Lundi	Course	De 18h00 à 20h30
	Randonnée	De 20h30 à 22h15
	Slalom/Acrobatique	De 20h30 à 22h15
Mardi	Artistique	De 18h00 à 21h00
	RILHockey	De 21h00 à 22h30
Mercredi	Course	De 18:00 à 20h30
	Randonnée	De 20h30 à 22h15
	Slalom/Acrobatique	De 20h30 à 22h15
Jedi	RILHockey	De 18h30 à 22h30
Vendredi	Artistique	De 18h00 à 21h00
	RILHockey	De 21h00 à 22h30
Samedi	Ecole de patinage	De 10h30 à 12h00
	Artistique	De 13h30 à 16h00
	Slalom/Acrobatique	De 16h00 à 17h30
Dimanche	Rink Hockey	De 10h00 à 12h00
	Slalom/Acrobatique	De 15h30 à 17h30

*Inscription aux horaires d'entraînement*

*Au Gymnase Maurice Millet  
à St Jean de la Ruelle*



# LES ENTRAÎNEMENTS

## Plannings et horaires d'entraînement saison 2011/2012

La municipalité de St Jean de la Ruelle met à notre disposition plusieurs structures

**Lieux d'entraînement :**

**A St Jean de la Ruelle**

Gymnase Maurice Millet  
A coté du Collège Max Jacob

A Orléans : Piste rue Basse d'Ingré



**Horaires d'entraînement :**

En soirée du Lundi au Vendredi  
le samedi et dimanche en journée  
selon la discipline pratiquée.



*Reprise des entraînements*

*A partir du 5 septembre 2011*

*Selon les disciplines*



## Artistique

Contacteur : **Suzanne FERREIRA** Tél. : **02 38 43 80 35**

E-Mail : [suzyanne@aol.com](mailto:suzyanne@aol.com)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Mardi	De 18:00 à 19:00	Groupe 1	Y. Latouche
	De 18:30 à 20:00	Groupe 2	S. Ferreira
	De 19:00 à 21:00	Groupe 3	R. Latouche
Vendredi	De 18:00 à 19:30	Groupe 1 et 2	S. Ferreira
	De 19:00 à 21:00	Groupe 3	R. Latouche
Samedi	De 13:30 à 15:00	Technique individuelle	S. Ferreira
	De 15:00 à 16:00	Technique: Groupe 2 et 3	J. Monfort

Reprise des entraînements le mardi 6 septembre 2011

## Course

Contacteur : **François SYLVAIN** Tél: **06 26 72 72 18**

E-Mail : [francoqc@aol.com](mailto:francoqc@aol.com)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Lundi	De 18:00 à 19:00	Ecole de course Jeune	N. Le Cleuziat
	De 19:00 à 20:30	Ados et Adultes	R. Hubert
Mercredi	De 18:00 à 19:00	Ecole de course Jeune	R. Hubert
	De 19:00 à 20:30	Coueurs toutes âges	R. Hubert

Reprise des entraînements le lundi 5 septembre 2011

## Ecole de patinage

Contacteur : **Jacky LAMIRAULT** Tél. : **06.74.93.06.55**

E-Mail : [ecole.patinage.rocs@free.fr](mailto:ecole.patinage.rocs@free.fr)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Samedi	De 10:30 à 12:00	Enfant à partir de 5 ans	J. Lamirault

Reprise des entraînements le samedi 10 septembre 2011

## Rink Hockey

Contacteur : **François SYLVAIN** Tél: **06 26 72 72 18**

E-Mail : [francoqc@aol.com](mailto:francoqc@aol.com)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Dimanche	De 10:00 à 12:00	Loisir à partir de 15ans	

Reprise des entraînements le dimanche 11 septembre 2011

## Roller In Line Hockey

Contacteur Vincent CARDON -Tel 06 62 64 54 58

E-Mail : [vincent.adm@free.fr](mailto:vincent.adm@free.fr)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Mardi	De 21:00 à 22:30	Sénior National 3	J. POURTANEL
Jeudi	De 18:30 à 19:30	Enfant débutant	J.M. DUBOIS
	De 19:30 à 20:15	Poussins/Benjamins	J.M. DUBOIS
	De 20:15 à 21:15	Minime/Cadet	A. SCHMITT
Vendredi	De 21:15 à 22:30	Sénior National 3	J. POURTANEL
	De 21:00 à 22:30	Sénior Loisir	G. REDDY

(sous réserve de modifications en fonction des inscriptions)

Reprise des entraînements le mardi 6 septembre 2011

## Slalom/Acrobatique

Contacteur : **Pierre-Alain LAPORTE** Tél: **06 88 97 67 10**

E-Mail : [acro.rocs@gmail.com](mailto:acro.rocs@gmail.com)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Lundi	De 20:30 à 22:15	A partir de 15 ans / Rando	P.A Laporte
Mercredi	De 20:30 à 22:15	A partir de 15 ans / Rando	P.A Laporte
Samedi	De 15:30 à 17:30	Tout public à partir de 12 ans	P.A Laporte
Dimanche	De 15:30 à 17:30	Tout public à partir de 12 ans	P.A Laporte

Reprise des entraînements le lundi 5 septembre 2011

## Randonnée

Contacteur : **Aurélien BOUCHER** Tél. : **06.42.36.66.97**

E-Mail : [Orelienb45@hotmail.com](mailto:Orelienb45@hotmail.com)

**Jacky LAMIRAULT** Tél. : **06.74.93.06.55**

E-Mail : [jlamirault@free.fr](mailto:jlamirault@free.fr)

Jours	Horaire	Public	Entraîneurs
Lundi	De 20:30 à 22:15	Tout public à partir de 15 ans	A. Venot
Mercredi	De 20:30 à 22:15		D. Sancorieu

Reprise des entraînements le lundi 5 septembre 2011 Groupe 1

Reprise des entraînements le mercredi 7 septembre 2011 Groupe 2