

# Voici quelques conseils utiles pour glisser en toute sécurité !

## Avant d'entrer en piste :

- Si j'ai moins de 8 ans, je dois être accompagné(e) d'un adulte pour patiner
- Je m'équipe de gants et je mets mon casque (si je n'en ai pas, je peux en louer un sur place)
- Je ne vais pas sur la glace sans patin
- Si je chausse moins de 30/31, je peux demander à louer des patinettes (double lame) plutôt que des patins car c'est plus facile pour tenir en équilibre
- Je peux demander à disposer gracieusement de matériel spécifique pour m'aider à tenir en équilibre à mes débuts (uniquement pour les enfants – à ramener en caisse dès la fin d'utilisation)



## Sur la glace :

- Je respecte le sens de rotation
- Je m'écarte des autres patineurs lorsque je double ou je m'arrête
- Comme le patineur devant moi a la priorité, je suis vigilant et je ne le suis pas de trop près
- Je ne m'assois pas sur les barrières
- Je ne lance pas de boule de neige
- Je ne mange pas, je ne bois pas et les grands ne doivent pas fumer sur la glace



## Lorsque je quitte la piste

- Dès que j'entends l'annonce de surfacage (entretien de la glace), je me dirige momentanément vers la sortie
- Je marche bien sur les zones protégées par des tapis
- Je remets bien les lacets dans les patins avant de les rendre

## A ne pas manquer :

**le Pack Patinoire + Crêpe tous les mercredis de 14 à 16 h !**