

Stage de perfectionnement en Sprint et Haies Montréal 11 décembre 2016

Coordonnateur technique: Marc-André Roy / Martin Angel
Personnes-Ressources: Rashed Din / Alfredo Villar-Sbaffi et autres

Objectifs :

- Offrir un stage de perfectionnement en sprint et haies pour les athlètes cadets, juvéniles, juniors et seniors (minimum 15 athlètes).
- Échange et partage entre les entraîneurs présents.

Pour qui :

Ce stage s'adresse à tous ceux qui désirent améliorer leurs techniques en sprint et haies (membres FQA ou non). Les athlètes seront divisés par niveau d'habileté (débutant, intermédiaire, avancé).

Le nombre de place est limité, inscrivez-vous rapidement !

Contenu :

Les athlètes présents seront appelés à pratiquer et à approfondir les différentes techniques dans les sprints et haies, supervisés par des entraîneurs chevronnés. Plusieurs des entraîneurs présents ont entraîné des équipes nationales.

Au menu :

- Analyse de la tâche (technique)
 - Éducatifs techniques
 - Cellule photoélectrique
 - Bloc de départ
 - Techniques de haies
 - Mise en application des apprentissages
- * Il est à noter que les ateliers seront différents de l'an dernier

Horaire :

Dimanche 11 décembre 2016
Complexe sportif Claude-Robillard

| | |
|-------|---------------------------|
| 10h00 | Accueil |
| 10h00 | Rencontre des entraîneurs |
| 10h30 | Partie 1 |
| 12h15 | Pause |
| 13h15 | Partie 2 |
| 15h00 | Retour sur les ateliers |
| 15h15 | Fin |
| 15h30 | Rencontre des entraîneurs |

Coût :

65\$ par athlète

Gratuit pour les entraîneurs

*Les entraîneurs personnels sont les bienvenus afin d'échanger avec les cliniciens.

Lieu :

Centre Claude-Robillard, Montréal

Inscriptions :

Les athlètes doivent s'inscrire **d'ici le mardi 6 déc à 23h59** sur le site suivant :

<http://avs-sport.com/inscriptions.php?comp=173>

Ce projet a été élaboré par Marc-André Roy, leader en Sprint et Haies sur la CTP, en collaboration avec Martin Angel.

« Ce projet est reconnu et supporté par la FQA. »

