



CAMP DE PERFECTIONNEMENT U16/U18, Sherbrooke, 11 au 12 mai 2024

Athlétisme Québec organise un camp d'entraînement U16-U18 du 11 au 12 mai 2024.

Description: Ce camp sera dédié au perfectionnement dans les disciplines citées ci-dessous

-  **Sprints/Haies**
-  **Endurance/Marche**
-  **Lancer**
-  **Sauts et épreuves combinées**

Lieu : *Piste extérieure de l'Université Sherbrooke
2500, boulevard de l'Université
Sherbrooke, Québec, J1K 2R1*

Hébergement et transport : Athlétisme Québec se chargera de réserver des chambres en occupation quadruples. Mais les athlètes qui ne désirent pas séjourner à l'hôtel, peuvent soit retourner à leur domicile et revenir le lendemain. Ou rester dans un autre hôtel avec leurs parents s'ils le désirent.

Les entraîneurs qui souhaitent accompagner leurs athlètes sont les bienvenus.

Les athlètes doivent se présenter par leurs propres moyens à Sherbrooke le 11 mai entre 9 h 45 et 10 h 00. Sur place, nous aurons un autobus loué par Athlétisme Québec pour assurer le transport des athlètes et des entraîneurs entre le stade de l'université de Sherbrooke et l'hôtel.

Coût du camp : Les frais pour le camp sont de 135\$ (Cent trente-cinq dollars) hors taxes, par athlète participant qui choisit de rester à l'hôtel. Ce montant inclut l'hébergement, les déplacements, les différents intervenants, quatre repas et un t-shirt. Les frais pour les athlètes qui ne resteront pas en hébergement à l'hôtel sont **de 89\$ hors taxes**. Ce montant inclut trois repas et un t-shirt.

Équipe d'encadrement : Athlétisme Québec sélectionnera une équipe complète d'entraîneurs pour encadrer les athlètes.

Responsable du projet : Marielle Segbor, en collaboration avec Derek Covington. Si vous souhaitez avoir plus de précisions, merci de contacter Marielle Segbor au courriel suivant : msegbor@athletisme.qc.ca



Information Importante : Le nombre de places étant limité pour le camp tant au niveau du nombre de participants global, qu'au niveau du nombre de participants par épreuve cible. La sélection des athlètes se fera en deux tours.

Athlètes ciblés :

Premier tour:

Les athlètes ayant réalisé un standard de la légion 2023 ; les athlètes ayant participé à la légion avec l'équipe Québec 2023, les athlètes ayant remporté une médaille lors du championnat national jeunesse de la Légion 2023 sur le volet ouvert individuellement (hors équipe Québec).

Deuxième tour:

Pour le deuxième tour, si et seulement s'il reste des places à combler, Athlétisme Québec se réserve le droit d'ouvrir l'inscription aux athlètes ayant été identifiés espoir provincial et aux athlètes ayant été médaillés au championnat provincial estival cadet-juvénile 2023 et les athlètes ayant participé au Match Cadet 2024 avec l'Équipe Québec et ne faisant pas partie des catégories susmentionnées.

Déclaration obligatoire :

Les athlètes admissibles qui souhaitent participer au projet du camp U16-U18 sont invités à compléter le formulaire de déclaration d'intérêt avant le 26 avril 2024 à 17 h 00 :

<https://forms.gle/C1TnRqmTzB4jD2Jo7>

Un suivi individuel sera ensuite effectué avec les athlètes retenus pour le camp.



Déroulement du camp (*Sujet à modification*)

SAMEDI 11 Mai

	Horaire	Activité
Matin	10h00-10h30	Conférence d'accueil
	10h30-12h00	Activité par groupe d'épreuve technique
Midi		Dîner (Offert par Athlétisme Québec)
Après-Midi	Horaire	Activité
	13h30-14h15	Conférence participative
	14h15-14h30	Pause
	14h30-16h00	Pratique par groupe d'épreuve
	16h00-16h15	Pause
	16h30-17h45	Conférence théorique
Début de soirée	18h00-19h30	Souper (Offert par Athlétisme Québec)
Soirée		Fin de session du samedi
	19h30	Navette vers l'hôtel

DIMANCHE 12 Mai

	Horaire	Activité
Matin	9h00-9h10	Accueil rapide
	9h15-11h	Pratique par groupe d'épreuves
	11h00-11h15	Pause
	11h15-12h30	Conférence théorique
Midi	12h30-13h30	Dîner (Offert par Athlétisme Québec)
Après-Midi	13h00	Fin de session du dimanche