



Programme des camps « espoir »



Au menu

- Mission et objectif du programme
- Rôles et responsabilités du personnel
- Calendrier
- Compétitions
- Processus de sélection
- Préparation physique
- Programme Sport-Études
- Frais d'inscription
- Questions



Mission

- Initier les jeunes athlètes québécois à l'entraînement de haut niveau en water-polo en préparant physiquement et mentalement les meilleurs athlètes identifiés de niveau « espoir » âgés de 16 ans et moins, afin qu'ils atteignent ou surpassent les standards de niveau « relève » et « élite ».



Objectifs

- Identifier les nouveaux talents
- Poursuivre le développement du talent déjà identifié
- Préparer les athlètes au programme Équipe du Québec
- Offrir un entraînement bonifié et complet
- Offrir un soutien aux entraîneurs régionaux
- Uniformiser les techniques de water-polo
- Transfert du savoir vers les clubs
- Offrir une expérience de préparation physique aux entraîneurs et aux athlètes



Notre personnel

- Directeur du programme
 - Olivier Bertrand, Directeur général WPQ
- Personnel entraîneur
 - Entraîneur-chef: Francisco Zelaya Salgado
 - Entraîneur adjoint: Maxime Crevier
- Actiforme
 - Préparateur physique
- Autre thérapeute selon les disponibilités



Calendrier

- Samedi 4 novembre 2017: camp masculin à INSQ
- Dimanche 5 novembre 2017: camp féminin à INSQ
- Samedi 17 février 2018: camp masculin à INSQ
- Dimanche 18 février 2018: camp féminin à INSQ
- Samedi 2 juin 2018: camp masculin à INSQ
- Samedi 3 juin 2018: Camp féminin à INSQ



Compétition

- Pré-camps Habawaba : sélection des 13 meilleurs espoirs



Athlètes admissible

- Les athlètes nés entre **2002 et 2007**
 - 2002 : ne doivent pas être des joueurs LCC et doivent s'entraîner minimum 6h/semaine
 - 2003 : à la discrétion des entraîneurs
 - 2004 et 2005 : tous sont bienvenus à condition de s'entraîner minimum 6h/semaine
 - 2006 et 2007 : doivent jouer dans la LDP U15 ou dans la LCQ U14



Préparation physique

- Partenariat avec Actiforme en préparation physique
- Sensibiliser les entraîneurs à la prévention des blessure
- Informer les entraîneurs sur les différents types d'échauffements possibles afin de prévenir les blessure.



Frais d'inscription*

Coût Individuel	Description
40 \$	Par camp



Questions

Olivier Bertrand 514 969-4769

