

Camp d'entraînement pour les juniors (biathlon)

Le régional arrivera rapidement et vous aurez l'occasion de faire compétitionner vos jeunes entre-eux pour éventuellement sélectionner nos 4 meilleurs équipes de juniors (2 équipes masculines, 2 équipes féminines). Ces cadets représenteront le centre Québec lors des compétitions provinciales pour possiblement aller représenter le Québec au championnat national à l'Île-du-Prince-Édouard en mars.

Dans les dernières semaines, le personnel du centre a remarqué certains cadets juniors avec un très bon potentiel. Pour les aider dans leur progression et afin qu'ils performant à leur maximum lors de la compétition régionale, nous offrons cette année aux cadets juniors du centre, un camp d'entraînement avancé spécialement pour ceux-ci. Ils auront la chance d'être encadré par des entraîneurs d'expérience et des cadets-cadres expérimentés.

Les points d'enseignement visés pendant ce camp:

- Révision des techniques de ski
- Révision des techniques de tir
- Préparation à la compétition

Afin de donner l'enseignement le plus adapté au groupe, voici les critères pour présenter vos cadets:

- Le cadet ne doit pas avoir atteint 15 ans le 13 mars prochain (être né après le 14 mars 2004);
- Les garçons doivent déjà être en mesure de faire 3x la piste orange en bas de 35 minutes (excluant le temps de tir);
- Les filles doivent déjà être en mesure de faire 3x la piste orange en bas de 45 minutes (excluant le temps de tir);
- Les cadets doivent être disponible toute la journée du 22 décembre et être en mesure d'avoir un transport aller-retour au centre de biathlon;
- Les cadets devront être inscrits dans Forteresse au plus tard le 21 décembre au soir. De plus, inscrivez votre CC dans le post sur facebook Entraîneur avec le nombre de jeunes d'ici vendredi le 21 décembre 21h00.

Pour les maximums de 35 minutes garçons, 45 minutes filles, nous nous fions à vous. Si un jeune a de la misère à suivre les autres, ce ne sera pas bénéfique ni pour ce cadet, ni pour le reste du groupe.

Les entraîneurs qui présenteront des cadets seront invités à nous accompagner durant la journée. Ce n'est pas obligatoire mais vous êtes grandement les bienvenus.

Capt Michel Gasseau
Directeur de centre de biathlon de Québec
418-455-3537