



## **Nouvelle initiative de SFC: semaine de formation en région de l'ÉNS** **(23 au 29 juin)**

Ski de fond Canada, en partenariat avec Haywood securities, Altagas et Teck Cominco, lance une nouvelle initiative ayant pour but de bonifier la relation de développement des athlètes et des entraîneurs entre l'Équipe Nationale de Ski et les clubs à travers le pays. Du 23 au 29 juin, les trois entraîneurs de l'équipe nationale senior, Dave Wood, Eric De Nys et Arild Monsen, parcourront trois itinéraires différents en Colombie-Britannique, en Alberta, en Ontario et au Québec, chacun étant accompagné de deux athlètes de l'équipe nationale senior, pour visiter entraîneurs et athlètes de clubs.

### **Objectifs:**

- 1- Fournir aux athlètes et aux entraîneurs des stades de développement Apprendre la Compétition (AC) et au-dessus, une opportunité de partager la routine quotidienne d'un athlète ou d'un entraîneur de l'ÉNS, dans un contexte de Développement à Long Terme de l'Athlète (DLTA);
- 2- Fournir aux entraîneurs de club une opportunité de partager perspectives et idées avec les entraîneurs de l'ÉNS au sujet du développement des athlètes et des entraîneurs;
- 3- Situer le rôle du programme de l'ÉNS dans la progression du DLTA et quelles sont les étapes menant au stade S'entraîner à Gagner (SG);
- 4- Fournir aux athlètes et aux entraîneurs de l'ÉNS l'opportunité de constater et d'apprécier l'état du développement HP au niveau des clubs;
- 5- Renforcer la perception d'un réel système national de Haute Performance au sein duquel tous ont un rôle distinct mais complémentaire et d'importance équivalente pour le succès à long terme des skieurs de fond canadiens;
- 6- Fournir une source d'émulation aux jeunes skieurs en s'entraînant et en échangeant avec les athlètes de l'ÉNS;
- 7- Démontrer les facteurs clés d'un entraînement adéquat et efficace aux stades AC et SG

### **Dates et sites spécifiques des visites**

- ✓ **Rossland/Nelson(BC):** Eric DeNys, Phil Widmer, Perianne Jones (23-25 juin)
- ✓ **Kelowna(BC):** Eric DeNys, Phil Widmer, Perianne Jones (26-29 juin)
- ✓ **Edmonton(AB):** Arild Monsen, Sean Crooks, Sara Renner (23-25 juin)
- ✓ **Canmore(AB):** Arild Monsen, Sean Crooks, Sara Renner (26-29 juin)
- ✓ **Barrie/Hardwood Hills(ON):** Dave Wood, Chandra Crawford, Devon Kershaw (23-24 juin)
- ✓ **Ottawa/Gatineau(ON-QC):** Dave Wood, Chandra Crawford, Devon Kershaw (25-26 juin)
- ✓ **Québec/MSA (QC):** Dave Wood, Chandra Crawford, Devon Kershaw (27-28 juin)

## **Participants éligibles**

Entraîneurs et athlètes actifs des stades AC et au-dessus (juvéniles et athlètes plus vieux détenant une licence de course valide 07-08 de SFC). Étant donné que les séances d'entraînement et les présentations sont conçues pour ces niveaux de développement, les athlètes participants devraient avoir une bonne expérience d'entraînement au niveau provincial et national; les entraîneurs devraient être impliqués dans des programmes à l'année avec des athlètes du niveau AC et au-dessus.

## **Programmation**

- 1- Séance d'entraînement technique et de distance: ski à roulettes classique et patin, imitation ski (« ski striding »)
- 2- Séance de musculation : entraînement en circuit à l'extérieur
- 3- Présentation des athlètes de l'ÉNS: "La vie d'un athlète de l'ÉNS et ce qui y mène : perspective de l'athlète" (pour athlètes et entraîneurs)
- 4- Présentation des entraîneurs de l'ÉNS: "La vie d'un athlète de l'ÉNS et ce qui y mène : perspective de l'entraîneur" (pour entraîneurs seulement)
- 5- Discussions/forum avec les entraîneurs et athlètes de l'ÉNS
- 6- Repas de groupes et activité sociale pour les athlètes

## **Inscription**

Le processus d'inscriptions formelles incluant les détails du programme et de l'horaire, la logistique et les coûts sera rendu disponible au cours des prochaines semaines par les Clubs Organisateurs Locaux(COL) pour chacun des sites visités. Faites une croix sur votre calendrier et restez vigilants !

**NB:** Chaque COL déterminera une limite d'inscriptions distincte qui n'excèdera pas 50 athlètes; nous n'anticipons pas devoir limiter la participation des entraîneurs à ce stade-ci. Les participants devront disposer de leurs propres moyens de transport sur place.