



Camp de haute performance 2023

28-31 MAI 2023

Place Bell Cité de la culture et du sport
Laval, QC



INFORMATION SUR LE CAMP D'ENTRAÎNEMENT

(en date du 2 mai 2023)

WRESTLING CANADA LUTTE	Jolene Wong Téléphone: 613-748-5686 Courriel: jwong@wrestling.ca
LIEU	PLACE BELL CITÉ DE LA CULTURE ET DU SPORT 1950 rue Claude-Gagné Laval, QC H7N 0E4 http://cite.placebell.ca/
HÔTEL HÔTE	GRAND HÔTEL TIMES LAVAL 1700 rue Jeanne-Mance Laval, QC. H7T 0R2 Téléphone: 450-639-5000 https://www.grandtimeshotel.com/grand-times-laval/
ATHLÈTES	OBLIGATOIRES <ul style="list-style-type: none">• Tous les champions canadiens nationaux senior des catégories de poids olympiques et leurs remplaçants (vrais seconds)• Tous les athlètes brevetés et les athlètes en développement• Exception: les athlètes qui se sont engagés à participer à la troisième Série de classement au Kirghizistan ou qui ne peuvent pas à cause de circonstances exceptionnelles déterminé par le directeur de la haute performance• Pas de frais de camp pour les athlètes mentionnés ci-dessus (les athlètes vont recevoir un code par courriel pour aider avec l'inscription) PAR INVITATION <ul style="list-style-type: none">• Tous les participants aux épreuves de sélection des moins de 23 ans et aux épreuves de sélection des catégories non olympiques sont invités à participer• Coût: 75 \$ pour participer au stage <p>* Le camp d'entraînement va commencer le lundi 29 mai pour les athlètes. ** Le voyage et l'hébergement seront à la charge des athlètes.</p>

	<p>*** Les repas à confirmer. Plus d'information à venir bientôt.</p> <p>**** Toutes les séances (sur et hors du tapis) sont obligatoires pour les athlètes.</p>
ENTRAÎNEURS	<p>OBLIGATOIRE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un entraîneur de chaque centre de haute performance • Un entraîneur de chaque centre de club excellence • Pas de frais de camp pour les entraîneurs mentionnés ci-dessus (les centres vont recevoir un code par courriel pour aider avec l'inscription) <p>PAR INVITATION</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tous les participants aux épreuves de sélection des moins de 23 ans et aux épreuves de sélection des catégories non olympiques sont invités à participer • Coût: 75 \$ pour participer au stage <p>* Le camp d'entraînement va commencer le dimanche 28 mai pour les entraîneurs.</p> <p>** Le voyage et l'hébergement seront à la charge des entraîneurs.</p> <p>*** Les repas à confirmer. Plus d'information à venir bientôt.</p> <p>**** Toutes les séances hors tapis sont obligatoires pour les entraîneurs. Les entraîneurs sont invités à participer aux séances sur tapis.</p>
PROCESSUS D'INSCRIPTION	<p>L'inscription à l'événement est accessible à le lien suivant pour les athlètes et entraîneurs: https://2mev.com/#!/events/high-performance-camp</p> <p>Les frais d'inscription au Camp de haute performance 2023 sont NON REMBOURSABLES.</p> <p>Aucune inscription ne sera acceptée après le 12 mai 2023 à 16 h 59 (HdE).</p>
PROTOCOLES COVID	<p>Toutes les exigences en vigueur relatives à la COVID-19 seront basées sur les mesures de santé et de sécurité applicables requises ou recommandées par les autorités provinciales et locales de santé publique.</p> <p>Il est fortement recommandé que toutes les personnes soient entièrement vaccinées et de maintenir le nombre et le type de doses de vaccin recommandées, telles que mises à Jour par Santé Canada.</p>
EXIGENCES EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ DU SPORT	<p>Dans le cadre de l'engagement de WCL en faveur de la sécurité dans le sport, toutes les personnes accréditées doivent remplir et soumettre à WCL de consentement éclairé quant à l'administration et à l'application du Code de conduit universel pour prévenir et contrer la maltraitance dans le sport (CCUMS).</p> <p>Pour participer, les personnes doivent compléter la formation sur la sécurité dans le sport indiqué dans le document suivant (https://wrestling.ca/wp-content/uploads/2021/12/Safe-Sport-</p>

	<p>Training-Screening-Requirements-June-2021 F.pdf). Toutes les formations doivent être complétées dans les délais prescrits et au plus tard à la date limite d'inscription.</p>
--	--



Camp de haute performance 2023

Calendrier des entraîneurs et des athlètes canadiens



(En date du 2 mai. Sujet à modification)

Date / Heure	DIMANCHE	LUNDI			MARDI			MERCREDI			Date / Heure
	28 mai	29 mai		30 mai		31 mai					
	ENTRAÎNEURS	HOMMES	FEMMES	ENTRAÎNEURS	HOMMES	FEMMES	ENTRAÎNEURS	HOMMES	FEMMES	ENTRAÎNEURS	
7:00-8:00		PETIT DÉJEUNER			PETIT DÉJEUNER			PETIT DÉJEUNER <i>Séance de ÉIS: 'Weight Cut Project'</i> (Heather Hynes et Judy Goss)			7:00-8:00
8:00-9:00											8:00-9:00
9:00-9:30		<i>Séance de ÉIS: 'Identifying your Energy Needs'</i> (Heather Hynes)	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les hommes	<i>Séance de ÉIS: 'Week of Competition'</i> (Judy Goss)	Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	9:00-9:30
9:30-10:00			Échauffement dirigé par Saskatoon	Dirigé par Montreal WC	Échauffement dirigé par Team Impact		Dirigé par Calgary WC	<i>Temps libre</i>	Échauffement individuel Matches 9:00-10:30	Dirigé par WCL	9:30-10:00
10:00-10:30		<i>Temps libre</i>	9:00-10:30		9:00-10:30	<i>Temps libre</i>					10:00-10:30
10:30-11:00		<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			10:30-11:00
11:00-11:30		Séance de tapis pour les hommes	<i>Séance de ÉIS: 'Identifying your Energy Needs'</i> (Heather Hynes)	Séance de tapis pour les hommes	<i>Séance de ÉIS: 'Week of Competition'</i> (Judy Goss)	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les hommes	11:00-11:30
11:30-12:00		Échauffement dirigé par London		Dirigé par Montreal WC		Échauffement dirigé par Guelph WC	Dirigé par Calgary WC	Échauffement individuel Matches 11:00-12:30	<i>Temps libre</i>	Dirigé par WCL	11:30-12:00
12:00-12:30		11:00-12:30	<i>Temps libre</i>		<i>Temp libre</i>	11:00-12:30					12:00-12:30
12:30-13:00		<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			12:30-13:00
13:00-13:30		Déjeuner		Déjeuner et apprentissage <i>'Dare to Fuel'</i> (Alexia de Macar et Jodi Richardson)	Déjeuner et apprentissage <i>'Jill Gallays'</i>			Déjeuner et apprentissage: <i>WCL Athlete Handbook</i> (Chris W, Kale W, Scott V)		Déjeuner et apprentissage <i>'KOU APP: YTP Planning In-Service'</i>	13:00-13:30
13:30-14:00			<i>Temps libre</i>		<i>Temps libre</i>		<i>Temps libre</i>		<i>Temps libre</i>		13:30-14:00
14:00-14:30			<i>Judy et Heather 1 à 1</i>	<i>Pause</i>	<i>Judy et Heather 1 à 1</i>					<i>Pause</i>	14:00-14:30
14:30-15:00		<i>Temps libre</i>				<i>Temps libre</i>					14:30-15:00
15:00-15:30		<i>Judy et Heather 1 à 1</i>	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les hommes	<i>Judy et Heather 1 à 1</i>	Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	15:00-15:30
15:30-16:00			Échauffement dirigé par McMaster	Dirigé par Brock WC	Échauffement dirigé par Cat Town WC		Dirigé par BMWC		Échauffement dirigé par Montreal	Dirigé par WCL	15:30-16:00
16:00-16:30			15:00-16:30		15:00-16:30				15:00-16:30		16:00-16:30
16:30-17:00		<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			16:30-17:00
17:00-17:30		Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les femmes	Séance de tapis pour les hommes		Séance de tapis pour les hommes	17:00-17:30
17:30-18:00		Échauffement dirigé par Edmonton	<i>Temps libre</i>	Dirigé par Brock WC	<i>Temps libre</i>	Échauffement dirigé par Black Bear	Dirigé par BMWC	Échauffement dirigé par Montreal	<i>Temps libre</i>	Dirigé par WCL	17:30-18:00
18:00-18:30	Dîner:	17:00-18:30				17:00-18:30		17:00-18:30			18:00-18:30
18:30-19:00	Introduction au camp et séance de ÉIS: <i>'Building a Competitor'</i> (Judy Goss et David Lopez)	<i>Transition</i>			<i>Transition</i>			<i>Départ des entraîneurs et des athlètes</i>			18:30-19:00
19:00-19:30		Dîner et apprentissage: <i>'Athlete Performance Analysis session'</i> (David Lopez)		Dîner et apprentissage: <i>'Application Session'</i> (Heather Hynes et Judy Goss)	Dîner et apprentissage: <i>'Differences in Training Response between Male & Female Athletes'</i> (présentateurs à déterminer)						19:00-19:30
19:30-20:00											19:30-20:00