

# OBJECTIF DU PROJET

- L'objectif de cette activité est de mesurer les capacités physiques de chaque athlète pour créer une base de données
- À long terme, faire le suivi des progressions des capacités physiques des athlètes
- Créer des courbes de développement selon les résultats
- Outil de référence pour les athlètes qui engagent un entraîneur physique
- Optimiser les tests physiques actuellement en vigueur
- Uniformiser l'évènement
- Développer l'expertise québécoise

# IMPLICATION DES RÉGIONS

- Nous voulons travailler en collaboration avec chaque région
- Nous avons besoin de la collaboration des entraîneurs et parents pour le bon déroulement de l'activité
- L'implication des entraîneurs ajoute de la rigueur dans le suivi des athlètes
- Possibilité de fusionner d'autre activité de la région pour maximiser l'évènement
- L'objectif est de travailler pour le bénéfice de chaque athlète au Québec
- En travaillant au niveau provincial, nous allons mieux comprendre le développement de l'athlète

# DATES POSSIBLE

- Pour l'automne, le projet est en expérimentation. Nous n'allons visiter les régions qui ont une date et endroit de disponible. Nous regardons pour le week-end du 1 et 2 octobre et 5 et 6 novembre.
- Printemps 2017, nous allons faire une tournée dans les 4 grandes régions. Nous visons fin avril début mai. Nous allons avoir les dates et les lieux précis avant le 15 décembre.

# BESOIN DU SITE

- De préférence une école secondaire, cégep ou université
- Avec plus qu'un gymnase
- Avec auditorium, s'il y a un séminaire
- Une aire d'accueil convenable
- Il faut un gymnase de plus de 20 mètres

# L'ÉQUIPE

- Nous aurons une équipe qui suivra tous les tests pour assurer de la rigueur dans le processus.
- Il y aura une formation dirigée par le personnel d'Actiform afin de former les membres de l'équipe.
- Le support des entraîneurs et parents des régions sera nécessaire pour assurer le succès de l'évènement.
- Si vous avez des entraîneurs ou préparateurs physiques intéressés à rejoindre l'équipe de la tournée, SVP envoyez un courriel à [ugo@skiquebec.qc.ca](mailto:ugo@skiquebec.qc.ca).

# ATHLÈTE VISÉ

- Nous voulons évaluer des athlètes de 10 à 15 ans (U12 à U16)
- Athlètes qui visent l'excellence
- Athlètes qui désirent se développer dans son sport
- Athlètes qui recherchent la participation aux provinciaux
- Athlètes qui veulent se comparer aux autres athlètes du Québec

# ADMINISTRATION

- Le matériel sera fourni par SQA et Actiform
- Nous estimons un coût d'inscription de 15\$
- Le 15\$ est pour absorber les coûts de déplacement de l'équipe de la tournée. Et nous allons avoir des frais aussi pour la gestion de la base de données
- Un rapport médical devra être rempli avant le début des tests
- Procédure de blessure, glace, trousse de premiers soins sera mis en place

# PROCESSUS DES TESTS

- Inscriptions par courriel seront faites une semaine à l'avance.
- Inviter les athlètes par bloc d'heure.
- Les participants font les ateliers dans le même ordre.
- Des groupes de maximum de 20 athlètes à la fois.
- À l'arrivée des athlètes, ils doivent immédiatement aller s'enregistrer.

# SÉMINAIRE

- Pendant que les athlètes se font évaluer, une formation sera disponible pour les parents.
- C'est important d'informer les parents de l'importance du développement physique et de leur donner des repères dans la sélection des entraîneurs physique.

# BASE DE DONNÉES

- Créer des statiques pour la province, la région et la catégorie sur le site web de Ski Québec alpin.

- Les résultats seront remis aux entraîneurs-chefs des clubs qui auront participé aux tests physiques.
- Les entraîneurs-chefs devront faire parvenir les résultats aux participants.
- Avoir un système qui va perdurer dans le temps, car la base de données sera utilisée à long terme.
- La base de données doit devenir un outil pour les entraîneurs et parents.
- Nous prévoyons, à moyen terme, d'établir une base de données plus élaborée.
- Le projet sera en collaboration avec les autres OPS et ACA.

**Le protocole des tests suivra sous peu après une révision avec Alpine Canada.**