

Camp de Développement de l'Excellence 2022

Jour 1	Samedi 5 Novembre, 2022			
	13-15	Jr/Sr	Entraîneurs	Juges
8:00 AM	BIENVENUE / WELCOME	BIENVENUE / WELCOME	BIENVENUE / WELCOME	BIENVENUE / WELCOME
8:15 AM	Profil Médaille d'Or / GMP	Profil Médaille d'Or / GMP	Profil Médaille d'Or / GMP	Profil Médaille d'Or / GMP
8:30 AM				
8:45 AM	TRANSITION	TRANSITION	TRANSITION	TRANSITION
9:00 AM	ACTIVATION	ACTIVATION	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)
9:15 AM	TESTS DE FLEXIBILITÉ / FLEX TESTS	ÉCHAUFFEMENT / WUP		
9:30 AM		Tests de Natation /Swimming Tests		
9:45 AM				
10:00 AM				
10:15 AM	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
10:30 AM	ÉCHAUFFEMENT / WUP	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
10:45 AM	Tests de Natation /Swimming Tests	TESTS DE FLEXIBILITÉ / FLEX TESTS	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)
11:00 AM				
11:15 AM				
11:30 AM				
11:45 AM	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
12:00 PM	Apprentissage de la Séquence de Hauteur / Height Sequence Learning	Apprentissage de la Séquence de Hauteur / Height Sequence Learning	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)
12:15 PM				
12:30 PM	DINER / LUNCH	DINER / LUNCH	DINER / LUNCH	DINER / LUNCH
12:45 PM				
1:00 PM				
1:15 PM				
1:30 PM	ÉCHAUFFEMENT / WUP	ÉCHAUFFEMENT / WUP	ÉCHAUFFEMENT / WUP	ÉCHAUFFEMENT / WUP
1:45 PM	FIGURES	ÉLÉMENTS / ELEMENTS	FIGURES / ÉLÉMENTS	FIGURES / ÉLÉMENTS
2:00 PM				
2:15 PM				
2:30 PM				
2:45 PM	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
3:00 PM	FIGURES	ÉLÉMENTS / ELEMENTS	FIGURES / ÉLÉMENTS FIGURES / ELEMENTS	FIGURES / ÉLÉMENTS FIGURES / ELEMENTS
3:15 PM				
3:30 PM				
3:45 PM				
4:00 PM	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
4:15 PM	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work
4:30 PM				
4:45 PM	Démonstration /Show and Tell	Démonstration /Show and Tell	Démonstration /Show and Tell	Démonstration /Show and Tell
5:00 PM	FIN / END	FIN / END	FIN / END	FIN / END

Horaire sujet à changements / Schedule subject to changes

Camp de Développement de l'Excellence 2022

Jour 2	Dimanche 6 Novembre, 2022			
	13-15	Jr/Sr	Entraîneurs	Juges
8:15 AM	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE
8:30 AM	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE	WELCOME/ BIENVENUE
8:45 AM	TRANSITION	TRANSITION	TRANSITION	TRANSITION
9:00 AM	ACTIVATION	ACTIVATION	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)
9:15 AM	ÉCHAUFFEMENT / WUP	SOL / LAND / CORE CLASSE / CLASSROOM		
9:30 AM	HABILITÉS DE ROUTINE / ROUTINE SKILLS			
9:45 AM				
10:00 AM				
10:15 AM	BREAK / CHANGE			
10:30 AM	BREAK / CHANGE	ÉCHAUFFEMENT / WUP	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
10:45 AM	SOL / LAND / CORE	HABILITÉS DE ROUTINE / ROUTINE SKILLS	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)	NOUVEAU SYSTÈME / NEW SYSTEM (CLASSE-CLASSROOM)
11:00 AM				
11:15 AM				
11:30 AM				
11:45 AM	TRANSITION	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
12:00 PM	Échauffement de la Séquence de Hauteur/ Height Sequence WUP 20			PRÉPARATION SH / PREPARE HS (20)
12:15 PM	ÉVALUATION SH / HS EVALUATION	ÉVALUATION SH / HS EVALUATION	OBSERVER / OBSERVING	JUGER SH / HS JUDGING
12:30 PM				
12:45 PM				
1:00 PM				
1:15 PM	DINER / LUNCH	DINER / LUNCH	DINER / LUNCH	Retour
1:30 PM				
1:45 PM				
2:00 PM				
2:15 PM				
2:30 PM	ÉCHAUFFEMENT DE FIGURES / FIGURES WUP	ÉCHAUFFEMENT DE FIGURES & ÉLÉMENTS / FIGURES WUP	ÉCHAUFFEMENT DE FIGURES & ÉLÉMENTS / FIGURES WUP	TRANSITION
2:45 PM				PRÉPARATION / PREPARE
3:00 PM	ÉVALUATION DE FIGURES / FIGURE EVALUATION	ÉVALUATION D'ÉLÉMENTS / ELEMENT EVALUATION	OBSERVER / OBSERVING	JUGER FIGURES-ÉLÉMENTS / JUDGING FIGURES-ELMENTS
3:15 PM				
3:30 PM				
3:45 PM				
4:00 PM	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK	PAUSE / BREAK
4:15 PM	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work	Travail Créatif en Groupe / Creative Group Work
4:30 PM				
4:45 PM	Démonstration / Show and Tell	Démonstration / Show and Tell	Démonstration / Show and Tell	Démonstration / Show and Tell
5:00 PM	FIN / END	FIN / END	FIN / END	FIN / END

Horaire sujet à changements / Schedule subject to changes