

## Cours théoriques pour entraîneurs sportifs

### **INTRODUCTION À LA COMPÉTITION – Partie A** (anciennement niveau 1)

**4-5 février 2017 au Centre Mario Tremblay d'Alma**

- ✓ Introduction au programme
- ✓ Prise de décision éthique
- ✓ Élaboration d'une séance d'entraînement
- ✓ Nutrition

Condition d'admission : Avoir 16 ans avant la date du stage

Coût : 110 \$

### **INTRODUCTION À LA COMPÉTITION – Partie A** (anciennement niveau 1)

**4-5 novembre 2017 au Centre Mario Tremblay d'Alma**

*(Même formation que le 4-5 février 2017)*

### **INTRODUCTION À LA COMPÉTITION – Partie B** (anciennement niveau 2)

**18-19 novembre 2017 au Centre Mario Tremblay d'Alma**

- ✓ Élaboration d'un programme sportif de base
- ✓ Soutien à l'athlète en situation d'entraînement ou de compétition : enseignement et apprentissage
- ✓ Soutien à l'athlète en situation d'entraînement ou de compétition : habiletés mentales de base

*Condition d'admission : Avoir complété les modules de la partie A « Introduction à la compétition » ou en avoir préalablement obtenu l'équivalence.*

Coût : 110 \$

### **INFORMATION**

Stéphanie Martin, agente de développement en sport

418-480-2228

[agent.sport@rls.sag-lac.org](mailto:agent.sport@rls.sag-lac.org)

