

Guide de la Ligue de simulation Équipe Québec



OBJECTIFS

Combiner la préparation des athlètes identifiés avec celle des athlètes se préparant pour les Championnats nationaux Junior avec formats, styles d'ouverture et niveaux de difficulté significatifs pour leur stade de progression.

FORMATS

Deux circuits, A et B, de difficultés différentes sont offerts et proposent chacun:

BLOC : 5 blocs Flash 4 on - 4 off.

VOIE : 2 à 3 voies Flash.

PROPOSITION 2026-27

L'offre prévoit l'utilisation encadrée en groupe et individuelle des ressources des CREM et de l'INS.

Pour les simulations, les athlètes choisissent un circuit de difficulté avec l'aide de leur entraîneur·e et l'équipe d'encadrement du Programme Équipe Québec.

BLOC

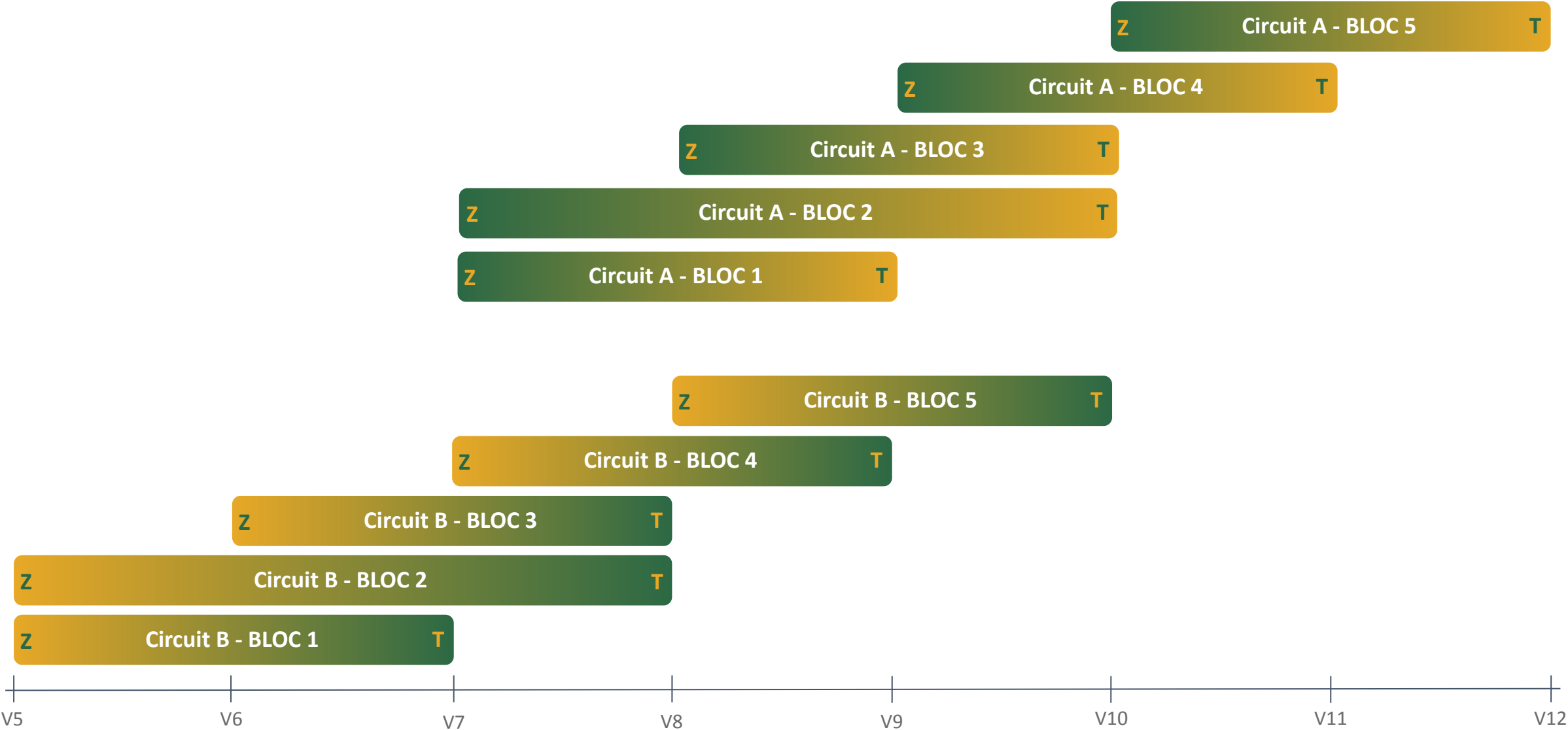
- ☐ Série de 3 simulations
- ☐ 150\$ pour la série ou 70\$ par simulation

VOIE

- ☐ Série de 2 simulations
- ☐ prix à déterminer

Guide de la Ligue de simulation Équipe Québec

Niveau - rondes de Bloc



Guide de la Ligue de simulation Équipe Québec

Niveau - rondes de Voie

