

## FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC

4545, avenue Pierre-de-Coubertin Montréal QC H1V 0B2  
 Téléphone : (514) 252-3046 Courriel : [admin@fedhaltero.qc.ca](mailto:admin@fedhaltero.qc.ca) Site : [www.fedhaltero.qc.ca](http://www.fedhaltero.qc.ca)

### FICHE D'INFORMATION

POUR QUI ?	<p>Cette formation est la première étape pour obtenir une certification d'entraîneur. Cela vous permet d'enseigner la technique des mouvements de compétition et complémentaires en haltérophilie à des athlètes débutants et de les superviser lors de compétitions de clubs, régionales et provinciales.</p> <p>Pour obtenir la certification de l'Association canadienne des entraîneurs, vous aurez à compléter d'autres étapes après la formation.</p>
SUJET :	Formation d'entraîneurs - volet Technique – Haltérophilie
STAGE D'ENTRAÎNEUR :	Introduction à la compétition
ENDROIT :	<p>École sec. La Magdeleine – Bloc sportif – local d'haltérophilie &amp; local de classe #461</p> <p><a href="#">1100, boulevard Taschereau, La Prairie QC J5R 1W8</a></p>
	<p>a) Il y a 14 plateaux d'entraînement dans le local d'haltérophilie. Chaque stagiaire se verra assigner un plateau. Le port du masque ne sera pas nécessaire puisque la règle du 2m sera respectée.</p> <p>b) Dans le local de classe, le port du masque ne sera pas nécessaire compte tenu de l'espace entre les bureaux.</p> <p>c) Lors des déplacements dans l'école, <b>le port du masque sera nécessaire.</b></p>
DATE & HORAIRE :	<p>Samedi 3 octobre 2020 – 09h00 – 12h00 ; 13h00 – 16h30          Dimanche 4 octobre 2020 – 09h00 – 12h00 ; 13h00 – 16h00</p> <p>La participation des stagiaires est obligatoire aux heures indiquées car il n'y a pas d'examen écrit.</p>
FRAIS D'INSCRIPTION :	<p>290 \$ par stagiaire (taxes incluses)</p> <p>Paiement par virement bancaire lorsque l'organisation du stage aura été confirmé ou encore remettre le chèque au formateur.          Chèque à l'ordre de : Fédération d'haltérophilie du Québec</p>
COMPRENANT :	Le cahier de travail
FORMATEUR :	Jocelyn Bilodeau
POUR INFORMATION :	Bureau de la Fédération – Tél. : (514) 252-3046
DATE LIMITE :	Avant le vendredi le 25 septembre 2020 à 16h00 (permettant la confirmation du stage et le temps de faire imprimer les documents)
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	<p>Minimum de 9 personnes</p> <p>Maximum de 14 personnes</p>

Veillez compléter le formulaire d'inscription ci-joint et nous le retourner avant le **25 septembre 2020** à l'adresse suivante ou par courriel :

Fédération d'Haltérophilie du Québec  
4545, av. Pierre-de-Coubertin Montréal QC H1V 0B2

STAGES\LaPrairie\_2020\_Oct\_3-4\2020\_oct\_3-4\_LaPrairie\_Fiche-I\_Info\_P1.docx