

Camps d'entraînements

Dates à retenir

Visitez les site Internet de la FQHO afin de connaître les endroits, les heures d'arrivées et de départs des camps.

Possibilité(s) de changement(s).

18 octobre - LACHINE Camp É du Qc CADE Camp É du Qc JUV	19 octobre - LACHINE Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUV
29 novembre - GRANBY Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUV	30 novembre - GRANBY Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUV
13 décembre Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUV	14 décembre Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUV
3 janvier Camp É du Qc BENJAMIN Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ Camp É du Qc JUNIOR	4 janvier Camp É du Qc BENJAMIN Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ
7 février Camp É du Qc BENJAMIN Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ	8 février Camp É du Qc BENJAMIN Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ
14 février Camp É du Qc JUNIOR (Senior)	15 février
14 mars Camp É du Qc BENJAMIN	15 mars Camp É du Qc BENJAMIN
21 mars Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ	22 mars Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUVÉNILÉ
28 mars Camp É du Qc JUNIOR (senior)	29 mars
11 avril Camp É du Qc BENJAMIN	12 avril
18 avril Camp É du Qc JUNIOR (senior)	19 avril
2 mai Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUNIOR (senior)	3 mai Camp É du Qc CADET Camp É du Qc JUNIOR (senior)



Entraîneurs

Marc Saint-Laurent
msaintlo@hotmail.com / Coordonnateur

Jean-Simon Bourgault
bltjess@hotmail.com / C-adjoint

Sébastien Allard
bas_allard@hotmail.com

Daniel Poirier
daniel_poirier@hotmail.com

Richard Pascone
rpascone@videotron.ca



FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HANDBALL OLYMPIQUE

4545, avenue Pierre-de-Coubertin
C.P. 1000, Succ. M Montréal, Qc.
H1V 3R2

Tél: 514-252-3067 / Fax: 514-251-8882
handball@handball.qc.ca

www.handball-elite.com

FQHO

Fédération
Québécoise
de Handball
Olympique

**Viens vivre
le vrai handball
international!**



CADETS
(1994-1993)

JUVÉNILÉS/JUNIORS
(1992-1991-1990)



Visite le site Internet de la
fédération !

Programme des Équipes de Handball Élites du Québec



PROGRAMME

Le programme des Équipes de Handball Élites du Québec favorise le développement et la détection de jeunes talents en bas âges. Celui-ci appuie et motive les athlètes durant la période de développement afin qu'ils puissent atteindre les équipes nationales, canadiennes, junior et senior.

ATHLÈTES CONCERNÉS:

Il est important de savoir que les camps d'entraînement sont ouverts à tous les athlètes intéressés par l'élite. Le programme vise également à donner la chance à plusieurs athlètes de se mesurer au niveau international.

Cadet : 1994-1993

Juvenile : 1992-1991-1990



CAMPS D'ENTRAÎNEMENTS:

Les camps d'entraînements et de sélection servent à la préparation et au perfectionnement des athlètes, à une fréquence d'un camp par mois. Il en coûte 20,00\$ par camp pour y participer. Les sélections débiteront au camp de Noël. Notez que les camps deviendront obligatoires pour les athlètes sélectionnés. Suite à leur sélection, ils seront encouragés dans leur préparation spécifique.



Les athlètes doivent arriver par leur propre moyen de transport avec leur effets personnels afin de pouvoir s'entraîner. En plus de prévoir leurs repas, ils doivent avoir en leur possession leur sac de couchage et leur trousse de toilette. Les athlètes doivent prévoir d'arriver le vendredi soir vers 20h30 et de repartir le dimanche vers 16h00.

TOURNÉE EUROPÉENNE:

Annuellement, les athlètes sélectionnés forment des équipes afin d'aller représenter le Québec dans des compétitions internationales arrêtées pendant l'année. *Les objectifs de tournée 2008-2009 vous seront confirmés lors des camps d'entraînements.*

PRAGUE-ESPAGNE-SUÈDE...

MOYEN DE COMMUNICATION:

Lorsque vous avez besoin de renseignements concernant Handball Québec, camps, dates, heures, etc. , veuillez consulter le site Internet

www.handball-elite.com

PARTILLE
A WORLD OF HANDBALL
CUP

