



Programme d'excellence en flag-football

ÉTÉ 2019

Football Québec est fier de vous annoncer l'arrivée de son programme d'excellence en flag-football en préparation pour le prochain championnat canadien MU18 et le championnat de l'est du Canada MU16.

Ce n'est pas une, mais bel et bien quatre équipes toutes étoiles que la fédération mettra en place pour représenter la province lors des prochains championnats.

Voici la liste des équipes :

MU18 masculin pour une participation au Championnat canadien de flag-football
Groupe d'âge : 1^{re} janvier 2002 au 31 décembre 2003

MU18 féminin pour une participation au Championnat canadien de flag-football
Groupe d'âge : 1^{re} janvier 2002 au 31 décembre 2003

MU16 masculin pour une participation au Championnat de l'est du Canada de flag-football
Groupe d'âge : 1^{re} janvier 2004 au 31 décembre 2005

MU16 féminin pour une participation au Championnat de l'est du Canada de flag-football
Groupe d'âge : 1^{re} janvier 2004 au 31 décembre 2005

Structure du programme d'excellence :

La structure du programme d'excellence en flag-football et la sélection des athlètes se feront en trois étapes. Lors des différents camps, les athlètes seront évalués sur leur condition physique générale par des tests de vitesse, d'agilité et d'explosion. À tous les camps, joueurs devront faire valoir leur aptitude en flag-football en faisant ressortir leur sens du jeu et leur habileté par position.

1^{er} CAMP DE DÉTECTION — ouvert

À cette étape, les athlètes désirant se faire valoir et se faire évaluer peuvent se présenter à l'un des camps.

Date : 19 janvier 2019

Endroit : Gymnases du Collège Maisonneuve
3800, rue Sherbrooke Est, Montréal, H1X 2A2

Heures : **MU16** masculin de 9 h à 12 h
MU18 masculin de 13 h à 16 h

Frais de participation : 55,00 \$

Date : 20 janvier 2019
Endroit : Gymnases du Collège Vanier
821, boul. Sainte-Croix, Saint-Laurent, H4L 3X9
Heures : **MU16** féminin de 9 h à 12 h
MU18 féminin de 13 h à 16 h
Frais de participation : 55,00 \$

2^e CAMP DE DÉTECTION — ouvert

À cette étape, les athlètes désirant se faire valoir et se faire évaluer peuvent se présenter à l'un des camps.

Date : 23 février 2019
Endroit : Gymnases du Collège Maisonneuve
3800, rue Sherbrooke Est, Montréal, H1X 2A2
Heures : **MU16** masculin de 9 h à 12 h
MU18 masculin de 13 h à 16 h
Frais de participation : 55,00 \$

Date : 24 février 2019
Endroit : Gymnases du Cégep Montmorency
475, boulevard de l'Avenir, Laval, H7N 5H9
Heures : **MU16** féminin de 9 h à 12 h
MU18 féminin de 13 h à 16 h
Frais de participation : 55,00 \$

Note : L'athlète doit participer à seulement l'un des camps détection de sa catégorie d'âge.

CAMP DE SÉLECTION – Sur invitation seulement

Cette étape en est une qui se fait sur invitation seulement et on se doit d'avoir participé à l'un des camps de détection, sauf pour des cas d'exception qui seront évalués au cas par cas.

Date : 9 mars et 10 mars 2019
Deux séances d'entraînement par jour
Endroit : Gymnases du Collège Maisonneuve
3800, rue Sherbrooke Est, Montréal, H1X 2A2
Heures : **MU18** masculin, 9 mars 2019 de 9 h à 17 h
MU16 masculin, 9 mars 2019 de 9 h à 17 h
MU18 féminin, 10 mars 2019 de 9 h à 17 h
MU16 féminin, 10 mars 2019 de 9 h à 17 h
Frais de participation : 70,00 \$

CAMP D'ENTRAINEMENT – Sélection finale

Cette dernière étape de sélection se tiendra 3 jours avant le départ pour le tournoi. Dans le cadre d'une retraite fermée, les athlètes retenus peaufineront leur préparation avant le début du tournoi dans le but ultime de remporter la médaille d'or du championnat.

Date : À confirmer, entre la fin juillet et le début d'août en fonction de la date du championnat.

Trois jours de préparation

Endroit : À confirmer

Heures : **MU18** masculin et féminin, à confirmer

MU16 masculin et féminin, à confirmer

Frais de participation : 300, 00 \$ — Estimation

CHAMPIONNATS

Les **équipes masculines et féminines MU18** participeront au Championnat canadien de flag-football.

Date : À confirmer, entre la fin juillet et le début d'août.

Cinq jours de tournoi, trois jours de compétition

Endroit : Saskatchewan

Frais de participation : 1 000,00 \$ — Estimation

Les **équipes masculines et féminines MU16** participeront au Championnat de l'est du Canada de flag-football.

Date : du 1^{er} au 5 août 2019

Cinq jours de tournoi, trois jours de compétition

Endroit : Charlottetown, île du Prince Édouard

Université de l'île du Prince Édouard

Frais de participation : 1 000,00 \$ — Estimation

Équipement nécessaire pour les camps :

Short ou pantalon sans poches

Espadrille

Protecteur buccal

Un chandail sera fourni à l'effigie du programme d'excellence