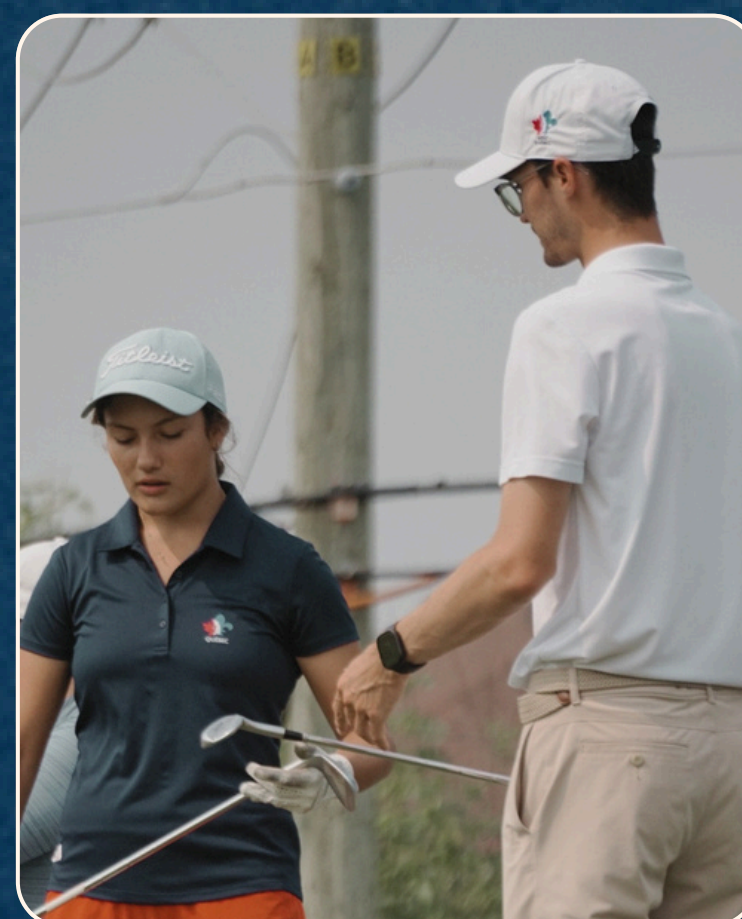




ÉQUIPE DU QUÉBEC

2026



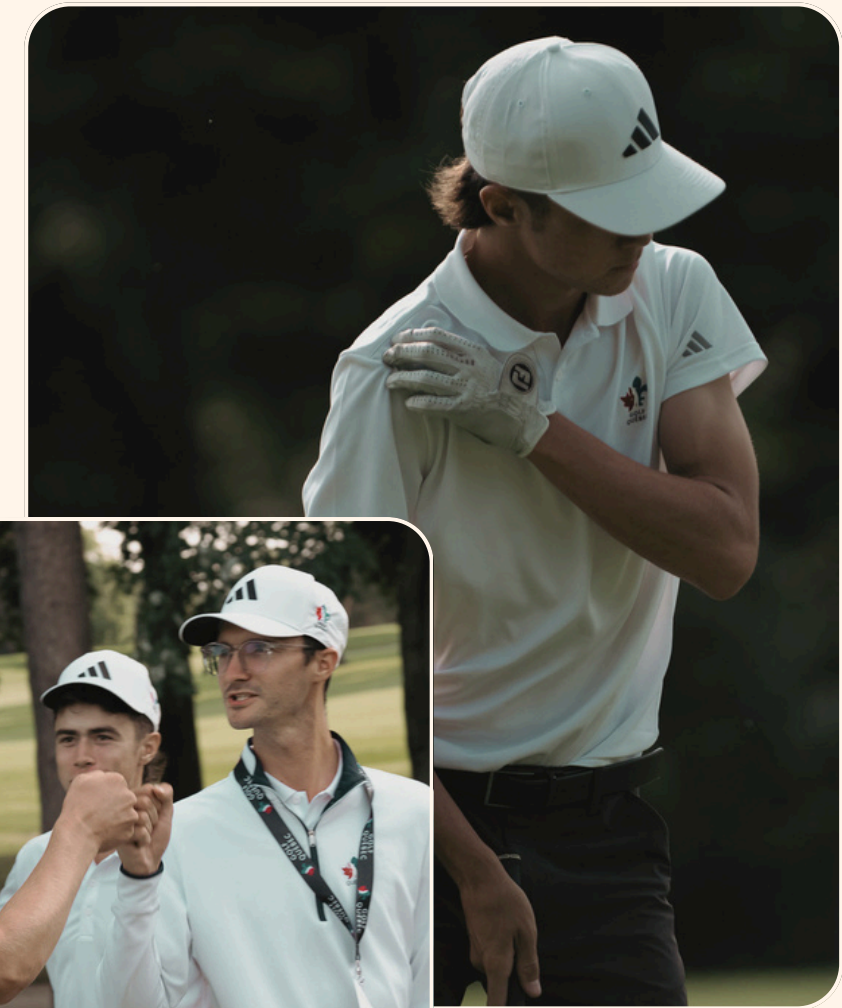
INTRODUCTION

- Soutenir et **accompagner** l'athlète engagé(e) **dans son projet** de développement de son plein potentiel.
- Le programme de l'équipe du Québec offre des **opportunités additionnelles** de développement.
- L'autonomie de l'athlète et la prise en charge de son projet sont encouragées.
- Le **travail d'équipe** entre l'**entraîneur(e) personnel(le)** de l'athlète et les entraîneurs de l'équipe est primordial.
- Il est attendu de l'athlète, qu'il ou elle participe à toutes les activités de l'équipe : camps d'entraînement, rondes de pratique, compétitions identifiées, ateliers, rencontres d'équipe.
- En plus de la performance, on souhaite pour l'athlète son **bien-être** et son **développement global**.
- Qu'elle ou il se sente en **sécurité** et que le sport soit une **expérience positive** dans un **environnement bienveillant**.



OBJECTIFS

- 1 Aider l'athlète dans son cheminement de développement de son plein potentiel.
- 2 Aider l'athlète à **optimiser son encadrement**.
- 3 Aider l'athlète dans sa **préparation pour performer en compétition**.
- 4 Aider l'athlète à **développer son autonomie** afin qu'elle ou qu'il prenne les commandes de son projet.



L'IMPORTANCE DE STRUCTURER SON DÉVELOPPEMENT

Nous préconisons une approche de développement multidimensionnelle

Le développement d'un athlète en golf ne repose pas uniquement sur la maîtrise technique. Pour progresser de manière durable et atteindre son plein potentiel, l'athlète doit adopter une approche qui tient compte de l'ensemble des dimensions de performance :

Technique

Stratégie et tactique

Physique

Mentale

Personnelle et sociale

L'intégration équilibrée de ces dimensions favorise non seulement la performance, mais aussi le développement global de l'athlète à long terme.



SOMMAIRE DU PROGRAMME

- Soutien et conseil pour la planification annuelle d'entraînement.
- Soutien et conseil pour le calendrier de compétition.
- Un **entraîneur provincial accompagne l'équipe** aux compétitions identifiées.
- **Rondes de pratique en équipe** aux compétitions identifiées.
- Camps d'entraînements d'équipe pour la préparation aux compétitions.
- **Ateliers** spécialisés.
- Application **Upgame** pour le suivi des statistiques.



SOMMAIRE DU PROGRAMME

SUITE

- Camp d'évaluation médico-sportif avec l'INS.
- Plan d'intervention individuel en lien avec les résultats du camp médico-sportif (lien à faire avec le CREM de l'athlète).
- Ateliers et soutien dans la planification stratégique et tactique.
- Carnet de parcours (yardage book) pour toutes les compétitions identifiées.



COMPÉTITIONS IDENTIFIÉES

1 **Championnat NextGen Ontario**

2 **Championnat NextGen Québec**

3 **Championnat provincial junior**

4 **Championnat canadien junior**



RONDES DE PRATIQUE EN ÉQUIPE AVEC UN ENTRAÎNEUR POUR CHACUNE DES COMPÉTITIONS

ACCOMPAGNEMENT D'UN ENTRAÎNEUR PROVINCIAL POUR LA DURÉE DE LA COMPÉTITION

CARNET DE PARCOURS (STRACKALINE)

ENGAGEMENT DE L'ENTRAÎNEUR(E) PERSONNEL(LE)

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ

ADMISSIBILITÉ

- Membre de Golf Québec;
- Statut amateur;
- 18 ans et moins (1er août 2026);
- Résident(e) du Québec.

CRITÈRES

- Identifié(e) au classement fédéré – Relève ou Élite.

EXCLUSIONS

- Membre d'une équipe nationale;
- Étudiant(e)-athlète NCAA ou autre université canadienne (équipe de golf).



CRITÈRES D'ENGAGEMENT

- S'entraîner et compétitionner en suivant une planification annuelle.
- Être encadré(e) par un(e) entraîneur(e) certifié(e), membre de la PGA du Canada, maître d'œuvre de la planification annuelle de l'athlète.
- Participer au camp médico-sportif.
- Respecter son plan d'intervention et suivre les recommandations (évaluation medico-sportif).
- S'inscrire à son CREM.
- Participer aux camps d'entraînement de l'équipe.
- Participer aux compétitions identifiées.



CRITÈRES D'ENGAGEMENT

SUITE

- Participer aux rondes de pratique organisées pour l'équipe.
- Porter l'équipement fourni pour l'équipe du Québec dans toutes les activités d'équipe (sac et vêtements).
- Entrer ses données dans Upgame selon les attentes.
- Participer aux ateliers.
- Respecter le code de conduite de l'athlète.



ENGAGÉ(E) DANS SON PROJET DE DÉVELOPPEMENT SPORTIF

**POUR OBTENIR PLUS
D'INFORMATIONS :**

pclement@golfquebec.org

