

Camp provincial Juvénile 2008 Dolbeau-Mistassini

Du 21 au 24 août dernier, la région du Lac St-Jean était l'hôte de la 6^{ème} édition du camp provincial juvénile. Ce camp d'entraînement destiné aux jeunes skieurs de fond de 14 et 15 ans a pour but de faire le point sur l'entraînement acquis au cours de la période estivale, de revoir leurs amis skieurs et de revenir chez eux avec une motivation sans précédent avant d'aborder l'entraînement spécifique de l'automne.

Cette année le camp a réuni 38 athlètes et 10 entraîneurs. Les athlètes provenaient des clubs suivants : Skibec, Mont Ste-Anne, Skibof, Défi Promutuel, Montériski, Fondeurs-Laurentides, Skiélite ainsi que des jeunes du Nouveau-Brunswick.

Au programme :

Une fin de semaine d'entraînement très chargée.

Jeudi : Début du camp avec l'accueil et le discours d'ouverture.

Vendredi : en avant-midi, (test de 3000 m, repos et ensuite 1000m) en course à pied, en après-midi, ski à roulettes en pas classique avec séance technique sur la piste cyclable. Après un super entraînement de ski à roulette...baignade dans le Lac St-Jean et bronzage sur la plage....et volleyball...etc...

En soirée : fraternisation autour d'un feu sur la plage avec la dégustation de guimauves sur le feu.

Samedi : en avant-midi, ski à roulettes en pas patin avec séance technique sur la piste cyclable avec la participation d'Alex Harvey et de Louis Bouchard qui se sont déplacés pour venir faire la séance technique avec les jeunes. Après le dîner Alex a fait une présentation sur son cheminement dans le ski et sur son expérience au championnat du monde de l'an dernier.

Par la suite nous avons fait le test de musculation. Pour terminer nous sommes allés tout le groupe d'athlètes et d'entraîneurs sur la petite rivière en Rabaska et canot pour une heure...Plusieurs sont revenus très trempés de la randonnée sur l'eau....hihihi!

Dimanche : Pour terminer le camp, des épreuves ultimes décidées difficilement par les entraîneurs. Il y avait la course de crabe, lancer de la bûche, saut en longueur, course à relais et pour terminer le tir de l'autobus de Skibec....Après nous être surpassés nous avons eu droit à un très bon repas pour nous remplir l'estomac pour le retour à la maison.

Le succès de ce camp est dû en grande partie aux facilités que nous retrouvons à proximité. Le site de la base de plein air de la Pointe Racine est un lieu idéal pour accueillir un groupe comme le nôtre et nous offrent plusieurs facilités; des repas copieux et de grande qualité.

J'aimerais remercier l'implication de notre commanditaire **Swix** pour les chandails que les jeunes ont reçus pour le camp. Je ne voudrais pas oublier Olivier Garot le directeur de la base ainsi que son personnel pour l'accueil chaleureux durant notre séjour.

Pour le mot final j'aimerais souligner l'implication de tous les entraîneurs durant le camp ainsi que le dévouement de tous qui ont fait le succès de ce camp. Merci à tous et à l'an prochain.