

HORAIRE DU CAMP D'ÉVALUATION RÉGIONAL DE L'EST 2022 DE LA LCF

VENDREDI 11 MARS (Complexe Dôme Multi Sports Scitec – Baie-d'Urfé | Québec)

8 H 15	Inscription
9 H	Prise de la grandeur et du poids, prise de mensurations, capture vidéo, saut vertical, développé couché
10 H 30	Sprint 40 verges, test des changements de direction, épreuve 3-cônes, saut horizontal
12 H	Exercices individuels et confrontations
	12 H 15 – Exercices propres aux LO/LD
	12 H 30 – Confrontations des LO/LD
	12 H 45 – Exercices propres aux QA/DO/SEC
	13 H – Confrontations des DO/SEC (Protection en situation de passe et tracés)
	13 H 15 – Exercices d'unités spéciales pour les DO/SEC
	13 H 30 – Exercices propres aux RÉ/DD
	13 H 45 – Confrontations des RÉ/DD
	14 H – Exercices d'unités spéciales pour les RÉ/DD
	14 H 15 – Exercices propres aux spécialistes des longues remises et aux botteurs
	14 H 30 – Dévoilement des joueurs invités au camp d'évaluation de la LCF

