



**LONG TRACK
YOUTH CHAMPIONSHIPS
CHAMPIONNATS JEUNESSE
LONGUE PISTE
QUÉBEC 2024**

Horaire du camp / Camp schedule

Time	11 ans - filles et garçons Age 11 - girls and boys	Time	12 ans - filles et garçons Age 12 - girls and boys	Time	13 ans - filles et garçons Age 13 - girls and boys
12:30	Enregistrement / Check-in	12:30		12:30	
12:45	Jeu - Social / Social - Game	12:45		12:45	
13:00		13:00		13:00	
13:15	Sport Pur / True Sport	13:15	Enregistrement / Check-in	13:15	
13:30	Vidéo - Cognitif / Cognitive - Video	13:30	Échauffement en groupe / Group Warm Up	13:30	
13:45		13:45		13:45	Enregistrement / Check-in
14:00	Temps libre / Free time	14:00	entraînement sur glace - physique Ice Training - Physical	14:00	Sport Pur / True Sport
14:15		14:15		14:15	Jeu - Social / Social - Game
14:30	Échauffement en groupe / Group Warm Up	14:30		14:30	
14:45		14:45	Change	14:45	Vidéo - Cognitif / Cognitive - Video
15:00	entraînement sur glace - physique Ice Training - Physical	15:00	Free time	15:00	
15:15		15:15	Jeu - Social / Social - Game	15:15	Temps libre / Free time
15:30		15:30		15:30	
15:45	Fin / End	15:45	Sport Pur / True Sport	15:45	Échauffement en groupe / Group Warm Up
16:00		16:00	Vidéo - Cognitif / Cognitive - Video	16:00	
16:15		16:15		16:15	entraînement sur glace - physique Ice Training - Physical
16:30		16:30	Fin / End	16:30	
16:45		16:45		16:45	
17:00		17:00		17:00	Fin / End
17:15		17:15		17:15	