



**Programme de soutien au développement de l'excellence
OBJECTIFS ET PLAN D'ENTRAÎNEMENT GÉNÉRAL
2019**

Nom : _____

Prénom : _____

Nom du cheval _____

Race : _____

Age : _____

Depuis quand faites-vous équipe avec ce cheval : _____

Entraîneur : _____

Niveau : _____

Signature de l'entraîneur : _____

Tél. : _____

Adresse courriel entraîneur : _____

À remplir par l'athlète

En quelques lignes, expliquez pourquoi vous voulez faire partie du Programme de soutien au développement de l'excellence

Quel est le plus haut niveau que vous souhaitez atteindre au cours de votre carrière ?

(Décrivez l'objectif, vos progressions annuelles et en combien d'années pour y parvenir)

Quels sont les objectifs que vous avez atteints cette année et quels sont vos objectifs pour l'année prochaine ?

Décrivez votre semaine type d'entraînement physique hors compétition
(Nombres de séances par semaine, durée des séances, autres sports, etc.)

Nommez 3 aspects sur lesquels vous avez besoin de vous améliorer pour atteindre vos objectifs

Quelles sont les compétitions auxquelles vous participerez la saison prochaine pour atteindre vos objectifs?
(Svp remplir le tableau ci-dessous)

<i>Degré d'importance 1 = faible, 3 = moyenne, 5= élevée</i>				
Nom de la compétition	Mois	Catégorie dans laquelle vous prévoyez participer	Degré d'importance	Objectifs souhaités