



POLITIQUE D'ACCÈS AU CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT

Mise à jour : 18 juillet 2024

Table des matières

POLITIQUE D'ACCÈS AU CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT	1
Introduction	3
Type d'accès au CNE	4
Normes d'accès au CNE selon le statut des athlètes et horaire d'entraînement	4
Critères généraux d'admission	4
Critères d'admission spécifiques à chacun des types d'accès	5
1. Groupe occasionnel	5
2. a) Groupe temps partiel soir:	5
b) Groupe haut niveau Judo Québec	7
3. Groupe temps plein	10
Normes d'accès pour les entraîneurs	11
Politique d'assiduité aux entraînements	12
Coordonnées de l'équipe d'encadrement de Judo Québec	12
Inscription dans un des groupes d'entraînement	12
Annexe	13
Politique d'assiduité aux entraînements	13

Introduction

Le Centre national d'entraînement (CNE) situé à l'Institut national du sport du Québec (INS Québec) est le lieu d'entraînement déterminé pour les athlètes brevetés de Judo Canada U18, si ces derniers habitent au Québec, et U21 et plus. Ces athlètes se sont engagés à s'y entraîner à temps plein. Afin d'atteindre les plus hauts niveaux, il est nécessaire que les meilleurs athlètes soient regroupés ensemble dans un environnement de haute performance.

Les judokas québécois ont la chance d'avoir accès au CNE à Montréal et de s'y entraîner avec les meilleurs judokas canadiens. Afin d'assurer un cheminement optimal pour tous les judokas, il est nécessaire que l'intégration soit adaptée au niveau et à l'âge des athlètes.

La politique d'accès au CNE est basée sur l'entente de fonctionnement du CNE entre Judo Canada et Judo Québec, sur l'objectif du Centre national d'entraînement qui est d'offrir aux athlètes l'encadrement et l'entraînement pour produire des performances durables afin d'obtenir des médailles dans les grands événements internationaux l'objectif de et sur le cheminement optimal de l'athlète vers l'excellence de Judo Québec.

		U12		U14		U16		U18		U21* <small>*Les athlètes d'âge post-secondaire sont membres de l'Alliance Sport-Études</small>			
		4 ^e	5 ^e	6 ^e	Sec. 1	Sec. 2	Sec. 3	Sec. 4	Sec. 5	1 ^{ère} année post-secondaire	2 ^e année post-secondaire	3 ^e année post-secondaire	
		3 ^e	4 ^e	5 ^e	6 ^e	Sec. 1	Sec. 2	Sec. 3	Sec. 4	Sec. 5	1 ^{ère} année post-secondaire	2 ^e année post-secondaire	
Année scolaire	Né avant 1 ^{er} octobre	4 ^e	5 ^e	6 ^e	Sec. 1	Sec. 2	Sec. 3	Sec. 4	Sec. 5	1 ^{ère} année post-secondaire	2 ^e année post-secondaire	3 ^e année post-secondaire	
	Né après 1 ^{er} octobre	3 ^e	4 ^e	5 ^e	6 ^e	Sec. 1	Sec. 2	Sec. 3	Sec. 4	Sec. 5	1 ^{ère} année post-secondaire	2 ^e année post-secondaire	
Volume d'entraînement	Grade min. en début d'année	● Jaune	● Orange	● Orange	● Vert	● Bleu		● Marron		● Marron		● Noir	
	Judo hebdomadaire minimal	2 x 1h		2 x 1h30	3 x 1h30	3 x 1h30		3 x 2h		7h		9h	
	Judo hebdomadaire optimal	2 x 1h30		3 x 1h30	3 x 2h	3 x 2h	Sport-études	Sport-études	Sport-études	9h		10h	
	Entraînements complémentaires (prép. physiques, autres sports)	+1 sport hebdomadaire +1 sport occasionnel		+1 sport saison estivale ou hebdomadaire		+1 sport estival ou occasionnel, +1 préparation physique/sem		2 x 45-60 min/sem préparation physique		2 à 3 x 60 min/sem préparation physique		3 x 60 min/sem préparation physique	
	Nombre de compétitions	5 - 1 club - 1 régionale - 1 Interzone - 1 tournoi dév. - 1 champ. prov.		6 - 1 régionale, - 1 Interzone - 4 provinciales		7 - finale régionale des Jeux du Qc - 4 provinciales dont Omnium du Qc - Ontario Open ou Championnat de l'Est du Canada - Champ can ouvert		8 - 4 provinciales - Omnium Qc - Champ can ouvert - 2 circuit national	9 - 3 provinciales - Omnium Qc - Champ can ouvert - 3 circuit national - 1 est. Canada	9 - 2 provinciales - Omnium Qc - Champ can ouvert - 4 circuit national - 1 est. Canada	9 - 1 provinciale - Omnium Qc - Champ can ouvert - Champ can élite - 3 circuit national - 2-4 est. Canada		
	Camps d'entraînement			1 x 2 jours régional	2 x 2 jours	1 régional, 4 provincial, 1 national		4 provincial, 2 national		4 provincial, 3 national, 1 international			
	Capacité à s'entraîner à haut volume et haute intensité					Être en mesure de compléter un camp provincial comprenant un minimum de 4 entraînements en 3 jours		Être en mesure de compléter un camp provincial comprenant un minimum de 5 entraînements en 3 jours		Être en mesure de compléter un camp d'entraînement comprenant un minimum de 2 entraînements par jour pendant 4 jours			
	Tests physiques					À venir		Tests nationaux U18		Tests nationaux seniors - niveau 1		Tests nationaux seniors - niveau 2	
	Performances	Au cours de cette période, c'est la recherche du plaisir à participer qui est le plus important				Participer au Champ. Can. Ouvert				Médaille à l'Omnium du Québec, ou Ontario Open, ou Champ. Can. Ouvert	Norme H	Norme G	Norme F
	Saines habitudes de vie	9-11 heures de sommeil				Dormir 8 à 10 heures par nuit				Dormir 8 à 9 heures par nuit			
S'alimenter sainement et avoir un mode de vie équilibré au niveau social, affectif, scolaire et sportif													
Apprendre à s'entraîner avec plaisir, effort et concentration						Démontrer une grande autodiscipline aux études et à l'entraînement							

Les judokas québécois débutent l'intégration au CNE lorsqu'ils sont d'âge U16 et ce, selon leur niveau et leur catégorie de poids. Progressivement, la charge d'entraînement augmentera de façon à ce que les judokas québécois s'y entraînent éventuellement à temps plein si tel est leurs désirs. Il est important de s'assurer que l'encadrement et la charge d'entraînement des athlètes sont appropriés à leur niveau et à leur âge afin que la transition du club vers le CNE soit faite dans les meilleures conditions possibles et garante de succès.

Types d'accès au CNE

Selon le niveau des athlètes et l'engagement dans l'entraînement 4 types d'accès sont possibles :

- 1) Groupe occasionnel
- 2) Groupe temps partiel :
 - a. Groupe temps partiel soir
 - b. Groupe haut niveau Judo Québec
- 3) Groupe temps plein

Normes d'accès au CNE selon le statut des athlètes et horaire d'entraînement

Critères généraux d'admission

En plus des critères spécifiques à chacun des types d'accès, tous les athlètes et entraîneurs doivent :

1. Être membre en règle de Judo Québec et Judo Canada ;
2. N'avoir aucune dette en souffrance auprès de Judo Québec ou Judo Canada ;
3. Avoir l'accord de son directeur technique ou de l'entraîneur-chef du club ;
4. Respecter le guide d'opération du CNE : <https://judocanada.org/fr/centre-national-dentrainement/>;
5. Avoir complété les formulaires d'inscription appropriés et avoir reçu l'approbation de Judo Québec et Judo Canada (groupe temps plein).

Toutes les demandes d'accès et d'information concernant le CNE devront être acheminées à Jessika Therrien à jtherrien@judo-quebec.qc.ca.

Critères d'admission spécifiques à chacun des types d'accès

I. Groupe occasionnel

Des entraînements et camps d'entraînements spécifiques seront organisés ponctuellement au CNE par Judo Québec ou Judo Canada.

Les critères d'admissibilité seront spécifiques à chacune des activités. Pour chacune de ces activités, il est obligatoire de :

- Répondre aux critères généraux d'admission;
- Procéder à son inscription en avance via le formulaire d'inscription de l'activité;
- Acquitter les frais d'inscription, s'il y a lieu.

2. a) Groupe temps partiel soirs:

Le groupe temps partiel soirs est constitué des athlètes qui s'entraîneront au CNE les mardis et jeudis soirs, et occasionnellement les lundis soirs et le samedi à raison de 1 à 3 fois par semaine selon la charge établie en collaboration avec les entraîneurs provinciaux et l'entraîneur de club de l'athlète.

Pour débiter, les athlètes qui en sont à leur première année U16 auront accès 1 fois par semaine. Il est très fortement recommandé que l'entraîneur de club accompagne l'athlète lors des premiers entraînements afin qu'il puisse, lui aussi, évaluer le niveau et la maturité de l'athlète à ces entraînements.

Une communication constante entre les entraîneurs sera nécessaire afin d'assurer l'encadrement optimal de chacun des athlètes.

Les athlètes représentent leur province et leur club et Judo Québec aura la responsabilité de ces athlètes pendant ces entraînements.

Les athlètes qui ne seront pas accompagnés de leur entraîneur lors des entraînements seront encadrés par les entraîneurs provinciaux. Un entraîneur provincial sera identifié comme l'entraîneur en charge de l'athlète au CEN.

Tous les athlètes devront signer le contrat d'engagement dans l'entraînement et respecter la politique d'assiduité aux entraînements qui se trouve en annexe.

Un délai de 7 jours ouvrables est nécessaire entre l'envoi de la demande et le premier entraînement.

Critères d'admissibilité - groupe temps partiel soirs*:

- 1- Être d'âge U16 ou plus** ;
- 2- Être minimalement :
 - a. U16 – U18 : ceinture verte ;
 - b. U21 : ceinture bleue ;
 - c. Senior : ceinture marron;
- 3- Être identifié(e) de niveau «Espoir», «Relève» ou «Élite»***,**** ;

** Un(e) athlète d'âge U14 ayant une reconnaissance à titre d'athlète précoce devra soumettre une demande de dérogation à Judo Québec afin d'avoir accès aux entraînements. Un accès pourrait être acceptée seulement pour les entraînements du samedi.

*** Un(e) athlète qui n'est pas identifié(e) au minimum «Espoir» et qui obtient une dérogation devra rencontrer les critères pour obtenir une identification de niveau «Espoir» à l'intérieur du délai prescrit par les entraîneurs provinciaux.

**** L'admission des athlètes seniors non-identifiés sera évaluée par les entraîneurs provinciaux.

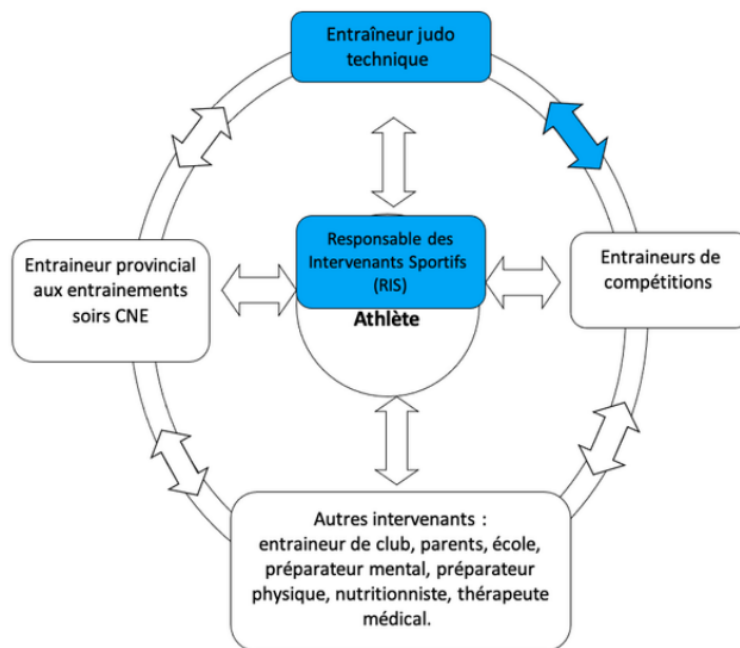
Horaire d'entraînement au CNE du groupe temps partiel soirs :

Horaire d'entraînement au CEN Groupe temps partiel soirs							
Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
11h15 à 13h15						Entraînement Technique et randoris	
17h30 à 19h30*		Judo - Drill & Randori		Judo - Drill & Randori			
*Pour la période estivale, l'horaire pourrait être modifié.							

2. b) Groupe haut niveau Judo Québec

Le groupe haut niveau Judo Québec cible les athlètes qui désirent concilier la poursuite de leurs études post-secondaires et qui visent à atteindre de plus hauts niveaux. Pour ce faire, ils auront une charge d'entraînement plus grande et bénéficieront du soutien d'une équipe d'intervenants qui leur permettront d'atteindre leurs objectifs. Selon le cas, les athlètes pourront choisir de demeurer dans le groupe haut niveau Judo Québec ou intégrer le groupe temps plein de Judo Canada à la fin de la saison.

La charge d'entraînement de ce groupe se voudra progressive tout au long de la saison afin que les athlètes soient en mesure de jumeler leur nouvelle réalité scolaire, le déménagement pour certains, le nouveau lieu d'entraînement et un nouvel entraîneur. Les athlètes de ce groupe seront encadrés avec par un Responsable des intervenants sportifs (RIS). Ils auront un entraîneur technique attiré, un programme d'entraînement en préparation physique, un soutien ainsi que d'autres services périphériques dans la mesure du budget disponible (thérapeute du sport sur site d'entraînement 1 fois semaine, médecine sportive, nutritionniste, suivi de prise de sang, préparation mentale de groupe, etc.)



Une communication constante entre le RIS, l'athlète et les différents intervenants gravitant autour de l'athlète permettra d'assurer un encadrement optimal menant l'athlète vers

l'atteinte de ses objectifs personnels au niveau (tactique, technique, physique, scolaire, etc).

Les athlètes représentent leur province et leur club et Judo Québec aura la responsabilité de ces athlètes.

Tous les athlètes devront signer un contrat d'engagement dans l'entraînement et respecter la politique d'assiduité aux entraînements qui se trouve en annexe.

Critères d'admissibilité groupe haut niveau Judo Québec :

Afin de rejoindre le groupe d'entraînement, les 4 critères suivant doivent être atteint au cours des 12 mois précédant le début de la transition.

I- Athlètes de l'équipe du Québec identifiés «Relève» et «Élite» ;

OU

Pour les athlètes d'âge U21 et Senior, ils doivent rencontrer un des critères suivants :

- Athlète U21 1^{ère} année en septembre de l'année d'entrée au CNE :
 - Omnium du Québec, Ontario Open, Coupe Canada ou Championnat canadien ouvert dans la catégorie U18 (min 2 victoires) :
 - Pour les catégories ayant 20 participants et moins : médaillé
 - Pour les catégories ayant 21 participants ou plus : avoir obtenu un résultat dans le premier quart de la catégorie. Par exemple, un résultat dans les 10 premiers pour une catégorie de 40 combattants et plus.
 - Médaillé Edmonton International ou Pacifique International U18 ;
 - Avoir obtenu un classement dans les 5 premiers (minimum 1 victoire) au Championnat national élite invitation U18;
 - Norme H ou mieux;
 - Avoir atteint un des critères de la catégorie d'âge supérieure.
- Athlète U21 2^e année en septembre de l'année d'entrée au CNE :
 - Omnium du Québec, Ontario Open, Coupe Canada ou Championnat canadien ouvert dans la catégorie U21 (min 2 victoires) :
 - Pour les catégories ayant 20 participants et moins : 5 premiers
 - Pour les catégories ayant 21 participants ou plus : avoir obtenu un résultat dans le premier quart de la catégorie. Par exemple, un résultat dans les 10 premiers pour une catégorie de 40 combattants et plus.

- Médaillé Edmonton International ou Pacifique International dans la catégorie U21;
 - Avoir une norme H ou supérieure, ou
 - Obtenir un classement dans les 5 premiers au Championnat canadien ouvert U21 (min 2 victoires)
 - Athlète U21 3^e année ou senior en septembre de l'année d'entrée au CNE :
 - Norme H ou supérieure
 - Athlète faisant parti de ce groupe d'entraînement mais qui n'ont pas rencontrés les critères minimums sous réserve de l'étude du dossier de l'athlète par la directrice de l'excellence et les entraîneurs provinciaux. Les éléments considérés seront un taux de présence supérieur à 75%, le niveau d'engagement dans l'entraînement, le type et durée d'une blessure s'il y a lieu;
- 2- Les athlètes U21, doivent avoir participé à 2 des 3 camps d'entraînement provinciaux la saison précédent l'intégration dans le groupe d'entraînement (camp de la rentrée, Stage d'hiver et préparatoire aux Championnats Canadiens ;
 - 3- Avoir participé aux Championnats canadiens ouverts la saison précédent l'intégration (à moins d'une blessure);
 - 4- Pour les athlètes ayant précédemment un statut « temps partiel », ceux-ci doivent avoir un niveau d'assiduité aux entraînements « moyen » ou « excellent ».
 - 5- Les athlètes engagés dans ce groupe d'entraînement devront participer aux différents camps d'entraînement selon le plan établi.

Horaire d'entraînement au CNE groupe haut niveau Judo Québec

Horaire d'entraînement au CNE Groupe haut niveau Judo Québec							
Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h00 à 10h30			Judo Technique	Musculation (début 9h00)			
12h00 à 13h30	Musculation				Musculation (À partir de janvier)	11h15 à 13h15 Entraînement Technique et randoris (début en septembre)	
17h30 à 19h30*	Judo : Drill & Randori	Judo - Drill & Randori	Club*	Judo - Drill & Randori	Club**		
<p>*Pour la période estivale, à partir du 26 juin, l'horaire est de 17h à 19h.</p> <p>**Les athlètes pourront s'entraîner dans leur club le mercredi et/ou le vendredi.</p>							

** Pour certains athlètes une séance de judo randori pourrait s'ajouter en soirée dans la 2^e moitié de la saison.

3. Groupe temps plein

Tous les athlètes brevetés québécois ou ayant une identification «Excellence Québec» devront faire partie de ce groupe. Les athlètes n'étant pas identifiés de niveau «Excellence» devront démontrer un engagement vers l'excellence et qu'ils ont la capacité à s'entraîner à temps plein. Pour être admis, les athlètes devront absolument rencontrer les critères d'admissibilité de Judo Québec et de Judo Canada.

Toutes les demandes d'accès à ce groupe devront, dans un premier temps, être acceptées par Judo Québec et ensuite par Judo Canada.

Les athlètes de ce groupe seront sous la supervision de Judo Canada.

Critères d'admissibilité pour faire une demande au groupe temps plein :

Les athlètes doivent rencontrer 1 des 3 critères suivants et être acceptés par Judo Canada:

1- Athlète identifié «Excellence» ;

OU

2- Athlète avec un statut d'entraînement à temps plein lors de la saison précédente ;

OU

3- athlètes rencontrant les 3 éléments suivants :

a) Avoir terminé ses études secondaires et avoir un minimum de 70 présences^{1,2} au CNE entre 1^{er} septembre et 30 avril (30 semaines), aux entraînements randori de judo en soirée et samedi matin, et les entraînement randoris en camps nationaux.

1. Les entraînements de sport-études dirigés au CNE et en camps provinciaux au CNE ne sont pas comptabilisés.
2. En cas de blessure et d'incapacité à s'entraîner pendant une période de temps, l'évaluation du nombre de présences requises sera ajustée proportionnellement. Cependant, le nombre de présences ne devra jamais être inférieur à 54 présences.

- b) Avoir atteint au minimum une norme « H » dans les normes de Judo Canada.
- c) Avoir un niveau d'assiduité aux entraînements « moyen » ou « excellent ».

Horaire d'entraînement groupe temps plein:

Horaire d'entraînement au CEN Groupe temps plein							
Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30 à 11h00	Horaire à confirmer : Préparation physique	Judo Techniques	Préparation physique	Horaire à confirmer : Judo Techniques	Horaire à confirmer : Préparation physique	Judo Technique	
17h30 à 19h30*	Judo : Drill & Randori	Judo - Drill & Randori	Judo - Drill & Randori	Judo - Drill & Randori	Judo - Drill & Randori		

* Pour la période estivale, l'horaire pourrait être modifié.

Normes d'accès pour les entraîneurs

Les entraîneurs pourront avoir accès aux entraînements au CNE lors des entraînements occasionnels et lors des entraînements en randori les mardis et jeudis soirs, ainsi que les samedis matins pour les entraînements encadrés par Judo Québec.

Dans les cas où un groupe sport-études fréquenterait le CNE sur les heures scolaires, un entraîneur du club devra **obligatoirement** accompagner en tout temps le groupe d'athlètes.

Critères d'admission pour les entraîneurs :

1. Être membre en règle de Judo Québec et Judo Canada ;
2. N'avoir aucune dette en souffrance auprès de Judo Québec ou Judo Canada ;
3. Respecter le guide d'opération du CNE : <https://judocanada.org/fr/centre-national-dentrainement/>;
4. Les entraîneurs qui désirent avoir un accès aux entraînements avec le groupe temps partiel soir doivent être au minimum formé comme instructeur de dojo adjoint du PNCE.
5. Avoir complété le formulaire d'inscription approprié et avoir reçu l'approbation de Judo Québec et Judo Canada.

Politique d'assiduité aux entraînements

La politique d'assiduité aux entraînements s'applique à tous les athlètes québécois dont l'un des entraîneurs provinciaux est l'entraîneur en charge. Pour connaître la politique complète, consulter l'annexe à la page 11.

Inscription dans un des groupes d'entraînement

Tous les candidats désirant prendre part aux entraînements dans les groupes Temps partiel ou temps plein doivent soumettre le formulaire de candidature un minimum de 7 jours ouvrables avant le premier entraînement.

Formulaire de candidature : <https://judo-quebec.qc.ca/entrainement-au-centre-national-dentrainement/>

Coordonnées de l'équipe d'encadrement de Judo Québec

Toutes les demandes d'accès et d'informations concernant le CNE doivent être acheminées à :

Directrice de l'excellence
Jessika Therrien
Courriel : jtherrien@judo-quebec.qc.ca
Tél. : 514-252-3040 p. 22

Entraîneurs provinciaux:

Sergio Pessoa
Entraîneur provincial
Courriel : spessoa@judo-quebec.qc.ca
Tél. : 514-252-3040 p. 3703
Cellulaire : 514-730-7838

Fati Merah
Entraîneuse provinciale féminine
Courriel : fmerah@judo-quebec.qc.ca
Tél. : 514-252-3040 p. 4018

Responsables des intervenants sportifs (RIS)

Joliane L. Melançon
Courriel : jmelancon@judo-quebec.qc.ca

Entraîneurs technique

Arthur Margelidon
Courriel : amargelidon@judo-quebec.qc.ca

Annexe

Politique d'assiduité aux entraînements

Judo Québec appliquera la politique de gestion des présences suivantes pour les athlètes de statut temps partiel identifiés relève, élite ou faisant partie du groupe d'athlètes espoirs dont l'entraîneur 1^{er} répondant est un entraîneur provincial. L'entraîneur 1^{er} répondant de l'athlète a la responsabilité de compiler les présences/absences et juger des absences motivées.

Motivation des absences :

Pour qu'une absence motivée soit acceptée, l'athlète doit envoyer la justification de son absence à l'entraîneur qui en a la charge avant l'entraînement manqué, et ce peu importe le type d'entraînement. L'entraîneur devra à son tour, confirmer si la motivation de l'absence est acceptée. Dans le cas contraire, l'absence sera comptabilisée comme une absence non-motivée.

En cas d'absence d'un entraîneur au centre national, celui-ci reléguera la responsabilité à un autre entraîneur et communiquera cette information aux athlètes dont il a la responsabilité.

Niveau d'assiduité :

Il existe 4 niveaux d'assiduité pour un athlète :

- Niveau A : excellent;
- Niveau B : moyen;
- Niveau C : faible;
- Niveau D : retrait.

Définition d'un manquement : un manquement survient lorsque moins de 4 semaines sépare 2 absences non-motivées.

Évolution des niveaux d'assiduités :

Un athlète qui arrive au Centre d'entraînement national commence avec un niveau d'assiduité « Excellent ». Lorsqu'un athlète obtient un manquement, son niveau d'assiduité descend d'un niveau. Le niveau d'assiduité remonte d'un niveau 3 fois par année soit au 1^{er} septembre, 1^{er} janvier et 1^{er} mai.

Intervention lors d'une baisse de niveau d'assiduité:

- Passage du niveau A « Excellent » vers le niveau B « Moyen » : une rencontre avec l'entraîneur responsable sera requise aussitôt que possible et un avertissement verbal sera émis.
- Passage du niveau B « Moyen » vers le niveau C « Faible » : une rencontre avec l'entraîneur responsable sera requise aussitôt que possible et un avertissement écrit lui sera remis ainsi qu'à son directeur technique.
- Passage du niveau C « Faible » au niveau D « Retrait » : un athlète de niveau « Faible » assiduité qui obtient un manquement sera retiré de l'Équipe du Québec et n'aura plus accès au groupe d'entraînement dont il fait partie. Pour une durée de 3 mois, à partir de la date de retrait, l'athlète fera partie du groupe d'entraînement d'un niveau moins élevé. C'est-à-dire qu'un athlète du groupe temps partiel en transition sera placé dans le groupe temps partiel. Un athlète du groupe temps partiel n'aura qu'un accès au groupe occasionnel.

Exemple :

Un nouvel athlète qui a commencé l'entraînement en septembre au CNE et qui obtient un 1^{er} manquement dans la 1^{ère} semaine d'octobre passera au niveau « moyen » d'assiduité et l'entraîneur responsable devra le rencontrer aussitôt que possible.

Ce même athlète obtient un 2^e manquement dans la 1^{ère} semaine de novembre : l'entraîneur rencontrera l'athlète et enverra un avertissement écrit à lui et son DT. L'athlète passera au niveau « faible » d'assiduité.

Ce même athlète obtient un 3^e manquement dans la 1^{ère} semaine de février : l'entraîneur responsable enverra un avertissement écrit à lui et son entraîneur. L'athlète passera du niveau « moyen » au niveau « faible » d'assiduité. Explication : le niveau de l'athlète était remonté au niveau « Moyen » au 1^{er} janvier tel que stipulé au paragraphe « Évolution des niveaux d'assiduité ».

Utilisation des niveaux d'assiduité :

Les niveaux d'assiduité aux entraînements des athlètes seront pris en considération pour la sélection à des compétitions, des camps d'entraînement, la sélection des athlètes sur les équipes provinciales ainsi que le financement des athlètes.