

Rowing Canada Aviron – Programme de suivi à l’ergomètre 2007-2008

Athlètes junior, de moins de 23 ans et senior

<u>Date limite d’envoi</u>	<u>Test</u>
16 novembre 2007	6 km sur l’ergomètre
3 février 2008	6 km sur l’ergomètre, ou 2 km sur l’ergomètre aux Championnats canadiens d’aviron intérieur (Toronto), ou au Monster Erg (Victoria), championnats d’aviron D’intérieur de Prairie (Regina, SK), le championnat Québécois ergomètre (St-Hyacinthe, QC) ou championnats intérieur Atlantiques (Dartmouth, NS)
24 mars 2008	6 km sur l’ergomètre
4 mai 2008	2 km sur l’ergomètre

Les tests doivent être effectués sur un ergomètre Concept II Modèle C ou sur un ergomètre plus récent dont le coefficient de résistance est :

Senior et moins de 23 ans (hommes)	Maximum de 130
Senior et moins de 23 ans (femmes)	Maximum de 120
Senior et moins de 23 ans poids léger (hommes)	Maximum de 120
Senior et moins de 23 ans poids léger (femmes)	Maximum de 110
Junior (hommes)	Maximum de 120
Junior (femmes)	Maximum de 110

Le programme de suivi à l’ergomètre de RCA est une partie importante de la politique de sélection et des critères d’octroi de brevets de 2008.

Veillez consulter la section anglaise du site de Rowing Canada Aviron sous « National Team – Info for Athletes » après le 1^{er} novembre pour connaître la procédure d’envoi.

Pour recevoir d’autres avis concernant les activités de l’équipe nationale, veuillez envoyer votre nom ainsi que votre adresse courriel à parfitt@rowingcanada.org

Adam Parfitt
Coordonateur de l’équipe nationale
Rowing Canada Aviron