



ÉQUIPE ROUGE SAISON 2021 BLOC 1 – NOUVELLES

Nous espérons que vous allez bien et que vos athlètes ont pu participer à des compétitions contre les membres de leur club, lors d'une compétition locale ou contre eux-mêmes.

Ce message concerne la soumission des résultats et la façon dont nous allons les recueillir. Le bloc 1 est presque terminé et les résultats doivent être soumis **d'ici le 19 juillet**. Veuillez envoyer tous les résultats à krobins@canoekayak.ca. Nous utiliserons un classeur Excel pour compiler les résultats et nous les afficherons ensuite sur le site Web de CKC. Nous vous tiendrons au courant si la méthode change pour le bloc 2.

Un rappel des groupes d'âge et des tests se trouve ci-dessous.

Groupes d'âge et tests (pour l'été 2021):

U14, U12, U10

#1: 160 m en 8 (pointage, temps et nombre de pénalités)

#2: Progression d'autosauvetage et roulade (6 niveaux de progression)

#3: Progression de la précision pour tirer une balle (6 niveaux de progression)

#4: Progression au pivot sur la poupe sans pagaie (lean clean) (3 niveaux de progression)

Protocoles de test:

Les protocoles des tests se trouvent dans le *Whitewater Team Red 2021 Assessments*.

Calendrier:

