

Lieu:: Banyoles, Espagne
Dates: 17- 22 septembre, 2026

CAMP INTERNATIONAL DES GROUPES ÂGES 2026



TRI  **THLON** **CANADA**

TABLE DES MATIÈRES

- 03 APERÇU DU CAMP
- 04 SÉLECTION DU CAMP
- 05 FRAIS ET VOYAGES
- 06 HÉBERGEMENT ET REPAS
- 07 ENTRAÎNEURS, PERSONNEL ET CONFÉRENCIERS INVITÉS
- 09 PROGRAMME DU CAMP



APERÇU DU CAMP

Triathlon Canada est ravi de lancer son tout premier camp international pour les groupes d'âge dans la magnifique ville de Banyoles, en Espagne ! Réputée pour son environnement d'entraînement de classe mondiale, Banyoles a servi de lieu de rassemblement officiel pour les équipes paralympiques et olympiques canadiennes avant les Jeux de Paris 2024. Cette destination de choix offre un cadre idéal pour cinq jours d'entraînement, d'apprentissage et de plaisir de grande qualité !

Les athlètes auront l'occasion unique de s'entraîner sous la direction de professionnels chevronnés, aux côtés d'athlètes passionnés de groupes d'âge venus de tout le Canada. Avec son terrain magnifique et ses conditions idéales pour le cyclisme, le camp mettra l'accent sur le vélo, avec plusieurs longues randonnées sur des parcours vallonnés. Que vous vous prépariez pour les Championnats du monde 2026 ou que vous cherchiez simplement l'excuse parfaite pour combiner entraînement et escapade européenne, ce camp international vous offre une expérience inoubliable à l'étranger, alliant performance et aventure.



SÉLECTION DU CAMP

15 athlètes seront sélectionnés sur la base des critères suivants :

- Membres actuels de Triathlon Canada (doivent être titulaires d'une adhésion annuelle provinciale)
- Membres actuels ou anciens de l'équipe canadienne de championnat du monde des groupes d'âge de Triathlon Canada OU
- Avoir terminé une course Ironman ou Ironman 70.3 au cours des deux dernières années

Processus de sélection

& calendrier:

1. Les athlètes doivent soumettre leur manifestation d'intérêt (EOI) avant le 1er novembre 2025.
2. Les athlètes sélectionnés seront informés à partir de la semaine du 3 novembre.
3. Les places non réclamées seront attribuées aux athlètes sélectionnés jusqu'à ce que les 15 places soient remplies.

Il s'agit d'une nouvelle initiative que nous espérons proposer aux athlètes par catégorie d'âge. Pour que ce programme puisse voir le jour, nous devons atteindre un minimum de 12 athlètes inscrits. Si nous ne parvenons pas à atteindre ce minimum d'ici le 30 janvier 2026, tous les frais d'inscription payés seront remboursés.



[CLIQUEZ ICI POUR SOUMETTRE UNE EOI](#)

FRAIS DU CAMP

Le coût du camp international de 5 jours est d'environ **4500 \$**. Le coût exact sera communiqué lors de la sélection pour le camp.

Les frais d'inscription au camp comprennent les éléments suivants :

- Série de séminaires virtuels de 6 semaines avant le camp, présentés par des experts de haut niveau sur divers sujets afin d'aider les athlètes à se préparer pour les compétitions majeures et internationales.
- Accès à un site d'entraînement de renommée mondiale, choisi pour sa pertinence pour la communauté des sports d'endurance.
- Programme d'entraînement complet dispensé par les entraîneurs et le personnel de Triathlon Canada
- Entraînements en groupe organisés, excursions et activités sociales
- Séminaires animés par des experts sur divers sujets
- Aide au transport, y compris tous les transports terrestres et les transferts aéroport
- Hébergement à l'hôtel [L'Ast](#)
- Repas fournis par l'hôtel L'Ast et [Rocacorba](#)

VOYAGES

Les athlètes sont responsables de l'organisation de leur propre voyage en avion vers et depuis le camp. Pour ceux qui se rendent à Pontevedra pour les Championnats du monde des groupes d'âge après le camp, une option de vol recommandée sera fournie pour qu'ils puissent réserver eux-mêmes.

Triathlon Canada coordonnera le service de navette depuis l'aéroport à l'arrivée à Barcelone ou Gérone jusqu'à Banyoles, ainsi que tous les transports sur place entre les différents sites du camp.



HÉBERGEMENT ET REPAS

L'hébergement des athlètes a été réservé à l'[hôtel L'Ast](#) du 17 au 22 septembre.

L'hôtel L'Ast propose un hébergement traditionnel européen et bénéficie d'un emplacement central par rapport à tous les lieux d'entraînement. L'hôtel L'Ast offre également un espace sécurisé et privé où les athlètes peuvent entreposer leur équipement pendant le stage.

Les repas (petit-déjeuner et dîner) seront fournis par l'hôtel L'Ast et [Rocacorba](#) (situé juste en haut de la rue) pendant toute la durée du stage. Rocacorba s'adresse spécifiquement aux athlètes d'endurance et fournira chaque soir de délicieux dîners fraîchement préparés afin que les athlètes aient l'énergie nécessaire pour s'entraîner tout au long de la semaine.

Vous voyagez avec un accompagnateur ? Les athlètes sélectionnés pour participer au camp auront la possibilité d'amener un invité moyennant un supplément. Les invités partageront une chambre double avec l'athlète participant et pourront également choisir de bénéficier du programme de repas du camp. Les transferts depuis l'aéroport seront également assurés pour les invités.

Remarque : les invités ne participeront à aucune séance d'entraînement ni à aucun séminaire pendant le camp.



ENTRAÎNEURS, PERSONNEL ET CONFÉRENCIERS INVITÉS



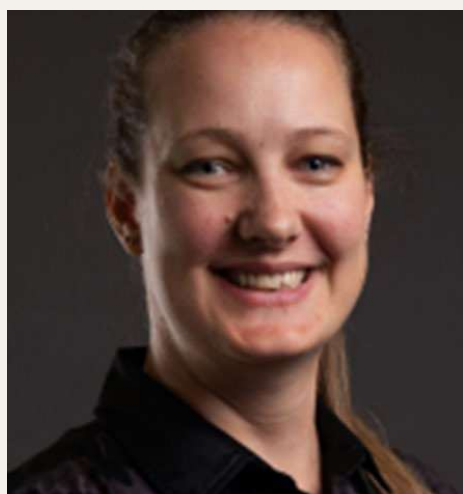
LIZ CULLEN- *ENTRAÎNEUR PRINCIPAL*

Liz a plus de 20 ans d'expérience dans le triathlon et est entraîneuse à temps plein depuis plus de dix ans. Ses athlètes vont des débutants aux coureurs chevronnés, avec des victoires dans leur catégorie d'âge et de multiples qualifications aux championnats du monde. Liz recherche toujours une approche équilibrée de l'entraînement et encourage le côté ludique de la pratique tout en visant les meilleures performances. Lorsqu'elle ne nage pas, ne fait pas de vélo ou ne court pas, elle passe du temps avec sa famille à faire de la voile.



CHRISTINE COGGER- *ENTRAÎNEUR ADJOINT/MANAGER DE L'ÉQUIPE*

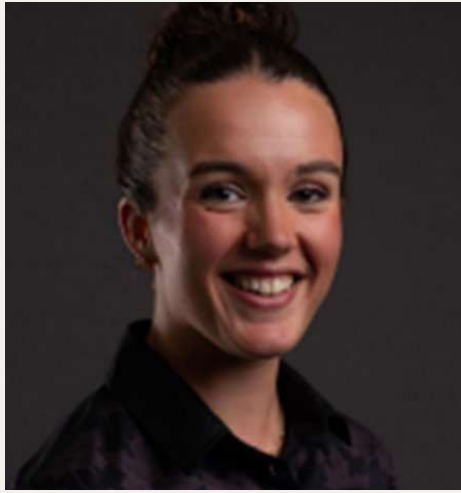
Christine travaille chez Triathlon Canada depuis 2017. Elle soutient Triathlon Canada en tant que responsable d'équipe lors des championnats du monde depuis 2017, et elle est ravie de continuer à le faire. Athlète passionnée et ancienne directrice de course pour IRONMAN Canada, Christine apporte une mine de connaissances et une grande énergie au camp !



RACHEL MACATEE- *DIRECTEUR DU DÉVELOPPEMENT SPORTIF, TRIATHLON CANADA*

Rachel s'est jointe à l'équipe de Triathlon Canada en 2017 et supervise actuellement le département du développement sportif. Avant de se joindre à Triathlon Canada, elle a travaillé intensivement dans le domaine de l'organisation d'événements pour diverses organisations. En tant que gestionnaire d'équipe, elle a soutenu l'équipe paralympique de Triathlon Canada pendant deux cycles olympiques (Tokyo et Paris) et continue de voyager avec l'équipe du championnat du monde par groupe d'âge. Elle adore voir la communauté du triathlon en action !

ENTRAÎNEURS, PERSONNEL ET CONFÉRENCIERS INVITÉS



ELLA CALDER - RESPONSABLE DE LA LOGISTIQUE ET DE LA COMMUNICATION DU CAMP, TRIATHLON CANADA

Ella s'est jointe à l'équipe de Triathlon Canada en 2024 à titre de gestionnaire des programmes communautaires. Elle possède une vaste expérience dans la planification et la prestation de camps de niveau national. Grâce à sa carrière d'athlète universitaire et à son rôle dans l'administration sportive, Ella comprend parfaitement les besoins des athlètes et sait comment les aider au mieux à réussir. Elle appuiera le camp en supervisant la logistique et les communications afin d'assurer le bon déroulement des activités.



PROGRAMME DU CAMP

Veillez noter que ce programme est provisoire et susceptible d'être modifié et adapté aux besoins spécifiques et aux objectifs d'entraînement de chaque athlète.

jeudi, le 17 septembre

À déterminer	Les athlètes arrivent à Barcelone ou à Gérone - Navette depuis l'aéroport
17h00	Séance d'accueil et de bienvenue
18h00	Course/marche d'échauffement (facultatif)
20h00	Dîner à Rocacorba

vendredi, le 18 septembre

8h00	Petit-déjeuner
9h00	Natation en eau libre (lac)
12h30	Déjeuner
13h30	Séance de mécanique vélo
16h00	Séance de renforcement musculaire et de mobilité
18h00	Repos et récupération
20h00	Dîner à Rocacorba

samedi, le 19 septembre

7h00	Petit-déjeuner
8h00	Longue randonnée à vélo (90 min à 5 heures)
13h00	Déjeuner
18h00	Entraînement de natation en piscine
21h00	Dîner à Rocacorba

PROGRAMME DU CAMP

Veuillez noter que ce programme est provisoire et susceptible d'être modifié et adapté aux besoins spécifiques et aux objectifs d'entraînement de chaque athlète.

dimanche, le 20 septembre	
8h00	Petit-déjeuner
9h30	Entraînement (objectif : à déterminer)
12h00	Déjeuner
13h30	Balade à vélo
17h00	Séminaire : à déterminer
20h00	Dîner à Rocacorba

lundi, le 21 septembre	
8h00	Petit-déjeuner
9h00	Natation en eau libre (lac)
11h00	Séminaire : à déterminer
12h30	Déjeuner
17h00	Balade à vélo pour récupérer
19h00	Séance d'étirements/mobilité
20h00	Dîner à Rocacorba

mardi, le 22 septembre	
8h00	Petit-déjeuner
À déterminer	Navette vers l'aéroport
À déterminer	Fin du camp

[CLIQUEZ ICI POUR SOUMETTRE UNE EOI](#)