



CONFÉRENCE POUR ENTRAÎNEURS

DES CHAMPIONNATS D'ATHLÉTISME DE LA NACAC

MERCREDI 8 AOÛT AU SAMEDI 11 AOÛT
STADE VARSITY

CONFÉRENCES EN CLASSE ET SÉANCES
PRATIQUES SUR PISTE, BÂTIES AUTOUR
DE LA COMPÉTITION DES

CHAMPIONNATS SENIORS
DE LA NACAC.

150 \$ POUR UN ACCÈS COMPLET



CONFÉRENCIERS CONFIRMÉS



JULI BENSON
Ex-entraîneure de l'Olympien canadien Kevin Sullivan



VICKIE CROLEY
Entraîneure-chef à l'Université Western Ontario (a dirigé Damian Warner)



JEREMY FISCHER
Maximum Velocity Athletics



DONNA HARRIS
Ex-directrice générale d'Athlétisme Manitoba



LEROY BURRELL
Ex-détenteur de record du monde, 100 m, entraîneur-chef en athlétisme à l'Université de Houston



CARMYN JAMES
Ex-entraîneure-chef à l'Université de Hawaï



HARRY MARRA
OTC Elite, entraîneur d'Ashton Eaton, Brienne Theisen-Eaton



RICHARD PARKINSON
Entraîneur des lancers d'Athlétisme Canada, entraîneur de Brittany Crew



BROOKE RASNICK
Université de Louisville - Entraîneure adjointe en athlétisme

THÈMES DES CONFÉRENCES

- La science du mouvement
- Sauts horizontaux - élite
- Approches physiques et mentales à la course de fond
- Survol du Programme d'entraîneurs d'Athlétisme Canada
- Les entraîneures
- Séquence d'entraînement
- Entraînement en musculation réactif
- Gérer un programme universitaire
- Épreuves remaniées de lancer du poids
- Le rôle et les limites du modèle technique des épreuves combinées des haies
- Saut à la perche
- Planifier les lancers
- Enseigner le lancer rotatif chez les femmes
- Le bien-être des entraîneurs

Pour en savoir plus, contactez :

John Lofranco

jlofranco@athletics.ca 613-260-5580 x 3314

athletics.ca/toronto2018

MERCREDI 8 AOÛT AU SAMEDI 11 AOÛT STADE VARSITY

HORAIRE DES CONFÉRENCES

Jeudi le 9 août

9h00 - 11h00

- En classe
- La science du mouvement en détails - Harry Marra (OTC ELite, entraîneur d'Ashton Eaton, Brianne Theisen-Eaton)
- Développement de l'élite sauts horizontaux - Jeremy Fischer (USOTC San Diego)
- Approches physiques et mentales à la course de fond - Juli Benson (Ex-entraîneure de l'Olympien canadien Kevin Sullivan)

12h00 - 14h00

- Sur piste
- La science dans le métier d'entraîneur, saut en longueur et départs sur blocs - Harry Marra
- Éléments communs des exercices pra-tiques en sauts - Jeremy Fischer
- Endurance - Juli Benson

17h30 - 19h30

- Tables rondes

17h30 - 17h45

- Survol du programme d'entraîneur d'AC (John Lofranco)

17h45 - 18h45

- Les femmes dans le monde des entraîneurs (Juli Benson, Vickie Croley, Carmyn James, Brooke Rasnick)

18h50 - 19h30

- Séance générale questions-réponses (Juli Benson, Leroy Burrell, Vicky Croley, Jeremy Fischer, Carmyn James, Harry Marra, Richard Parkinson, Brooke Rasnick, Wolfgang Ritzdorf)

Vendredi le 10 août

14h00 - 15h00

- Séquence d'entraînement en classe - Harry Marra
- Saut en hauteur: modèles techniques et qualités physiques - Wolfgang Ritzdorf (Directeur du Centre mondial de saut en hauteur de l'IAAF)

- Sprints - Leroy Burrell (Ex-détenteur de record du monde, 100 m, entraîneur-chef en athlétisme à l'Université de Houston)
- Gérer un programme universitaire - Carmyn James (Ex-entraîneure-chef à l'Université de Hawaï)

15h00 - 17h00

- Sur piste
- Épreuves remaniées de lancer du poids - Harry Marra
- Saut en hauteur: éducatifs et exercices de saut - Wolfgang Ritzdorf
- Sprints - Leroy Burrell

Samedi le 11 août

8h00 - 10h00

- En classe
- Épreuves combinées des haies - Vickie Croley (Entraîneure-chef de l'Université Western Ontario (a dirigé Damian Warner)
- Saut à la perche - Brooke Rasnick (Entraîneure du saut à la perche à l'Université de Louisville)
- Planifier les lancers - Richard Parkinson (Entraîneur des lancers d'Athlétisme Canada, entraîneur de Brittany Crew)

10h00 - 12h00

- Sur piste
- Épreuves combinées des haies - Vicky Crowley
- Saut à la perche - Brooke Rasnick
- Enseigner le lancer rotatif chez les femmes - Richard Parkinson

20h00 - 22h00

- Clôture

20h00 - 21h00

- Bien-être des entraîneurs - Donna Harris (Ex-directrice exécutive d'Athlétisme Manitoba)

21h00 - 22h00

- À dét.

L'horaire est sujet à changement

Pour en savoir plus, contactez :

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | 613-260-5580 x 3314
athletics.ca/toronto2018

MERCREDI 8 AOÛT AU SAMEDI 11 AOÛT STADE VARSITY

BIOGRAPHIES DES CONFÉRENCIERS

Juli Benson (Ex-entraîneure de l'Olympien canadien Kevin Sullivan)

Juli Benson est une des coureuses et entraîneures d'endurance les plus accomplies au pays. Elle a une vaste expérience en raison de ses séjours dans des rôles d'entraîneure à Penn State, Air Force Academy, George Mason, Georgetown et James Madison.

Pendant qu'elle était à Georgetown, elle a mené Chris Lukezic au Championnat national junior de l'USATF, à une 4e place aux essais olympiques américains 2004, à une 2e place aux Championnats extérieurs de l'USATF 2005 et à une place en demi-finales dans l'épreuve du 1500m aux Championnats du monde extérieurs 2005 disputés à Helsinki, en Finlande. Elle a aussi guidé Treniere Clement à la 2e place aux Championnats extérieurs de la NCAA en 2004 et plus d'une vingtaine d'athlètes au sein de l'équipe d'étoiles nationale de l'USATFCCCA durant ses cinq années avec les Hoyas.

À l'échelle internationale, Benson a mené l'étoile américaine de course de fond Jenny Barringer Simpson à la médaille d'or aux Championnats du monde 2011 à Daegu, en Corée du Sud, ainsi qu'à une qualification aux Jeux olympiques de 2012 à Londres. Elle a aussi épaulé Kevin Sullivan quand celui-ci a établi des records canadiens extérieurs et en salle au 3000m, et Lukezic quand il a pris la 7e place aux Championnats du monde en salle 2006 et enregistré le 7e temps le plus rapide au 1500m dans l'histoire de l'athlétisme américain.

Benson a été choisie au poste d'entraîneure adjointe pour les femmes de l'équipe américaine des Championnats du monde 2007 à Osaka, au Japon, et entraîneure de l'équipe féminine junior de la formation américaine de cross-country en 2003 qui a enregistré le meilleur résultat de son histoire aux Championnats du monde de cross-country à Lausanne, en Suisse. Elle a été élue au comité consultatif de l'Association américaine des entraîneurs d'athlétisme féminin et a été représentante pour la Haute performance de l'USATF chez les femmes en courses de demi-fond.

En tant qu'athlète, Benson s'est distinguée dans les épreuves de demi-fond et elle a représenté les États-Unis au 1500m aux JO de 1996.

Leroy Burrell (Ex-détenteur de record du monde, 100 m, entraîneur-chef en athlétisme à l'Université de Houston)

Leroy Burrell a établi deux records du monde au 100 m, soit la première fois avec un chrono de 9.90 en juin 1991. Cette marque a été abaissée trois mois plus tard par Carl Lewis (9.86) aux Championnats du monde, devant Burrell (9.88) qui a quand même réalisé une marque personnelle. Burrell a repris le record en juillet 1994 avec un chrono de 9.85, mais cette marque a été abaissée aux Jeux olympiques de 1996 par Donovan Bailey (9.84).

Burrell a remporté l'or sur 100 mètres devant Carl Lewis aux Jeux de l'Amitié de 1990 à Seattle et l'argent aux Championnats du monde de 1991. Aux Jeux olympiques de 1992 à Barcelone, Burrell a pris le cinquième rang sur 100 mètres et la médaille d'or au relais 4 x 100 mètres avec l'équipe américaine.

Depuis qu'il s'est retiré en 1996, Burrell a remplacé son ancien mentor à l'uniforme, Tom Tellez comme entraîneur de l'équipe d'athlétisme à l'Université de Houston. Burrell a conduit les Cougars à 14 titres masculins de l'Association C-USA (neuf en salle et cinq extérieurs). Il a été intronisé au Temple de la renommée des entraîneurs d'athlétisme du Texas en 2014.

Vickie Croley (Entraîneure-chef à l'Université Western Ontario, a dirigé Damian Warner)

Croley a également été Entraîneure d'équipes nationales aux Jeux du Commonwealth (2014), aux Championnats d'Amérique du Nord, d'Amérique centrale et des Caraïbes (NACAC) des épreuves combinées (2009), entraîneure des sauts / épreuves combinées aux Universiades (2005, 1991), entraîneure des sauts et des épreuves combinées aux Championnats d'athlétisme de la NACAC, entraîneure des épreuves combinées Canada vs Pays-Bas (1999), entraîneure des épreuves combinées aux Championnats du monde (1995), entraîneure des sauts Canada vs Irlande du Nord (1992) et entraîneure des épreuves combinées aux Jeux d'été du Canada (1989).

Croley a reçu plusieurs honneurs: entraîneure de l'année de l'Ontario Sport Alliance deux fois, récipiendaire deux fois du Prix d'excellence Petro-Canada aux entraîneurs, entraîneur de l'année en athlétisme U Sports trois fois, entraîneur de l'année en athlétisme de SUO quatre fois, ainsi qu'entraîneure de l'année de SUO pour tous les sports à deux occasions. Croley est au Temple de la renommée du sport à l'Université McMaster ainsi qu'à l'Université Western. En 2017, elle a été nommée Femme d'excellence du YMCA pour l'Ouest de l'Ontario. Croley a été entraîneure en chef du médaillé de bronze olympique Damian Warner aux Jeux de 2016.

Jeremy Fischer (USOTC San Diego)

Jeremy Fischer est le directeur du programme en résidence de la Fédération américaine d'athlétisme (USATF) au Centre d'entraînement des athlètes élités de Chula Vista, en Californie. Lors des Jeux de Rio, le programme a remporté cinq médailles olympiques et plus de 10 médailles paralympiques. Jeremy est l'instructeur en chef du programme de formation des entraîneurs de l'USATF et instructeur à l'IAAF. Il a mené ses athlètes à la conquête de 13 médailles aux JO et aux Championnats du monde, ainsi qu'à 10 championnats de l'USATF.

Pour en savoir plus, contactez :

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | **613-260-5580 x 3314**
athletics.ca/toronto2018

BIOGRAPHIES DES CONFÉRENCIERS

Donna Harris (Ancienne directrice générale d'Athlétisme Manitoba)

Donna Harris est une maman, une entraîneure et une épouse, et son mari est entraîneur. Elle aura bientôt 20 ans d'expérience dans le développement des entraîneurs et en administration du sport, ayant passé 10 ans au sein d'Athlétisme Canada à veiller au développement du programme national de certification des entraîneurs (PNCE) et du programme de développement à long terme des athlètes (DLTA), en plus de travailler sur des stratégies de recrutement et de rétention d'entraîneurs. Elle est passée d'un poste d'envergure nationale à provinciale quand elle est devenue directrice générale d'Athlétisme Manitoba. Donna a récemment complété une maîtrise en kinésiologie à l'Université du Manitoba. Sa thèse portait sur le rôle de la passion dans la performance et la vie d'entraîneurs experts et leurs familles. Donna est une entraîneure professionnelle certifiée de niveau 4. Elle est présentement directrice administrative à Racquetball Canada.

Jerry Howarth (Annonceur et entraîneur de basketball au secondaire à la retraite)

Jerry Howarth a fait de la cabine de radiodiffusion de Stade de l'Exposition et du Centre Rogers son deuxième chez-soi de 1981 jusqu'à 2017. Il a animé la diffusion de plus de 7500 matchs de baseball, y compris deux championnats des Séries mondiales impliquant les Blue Jays de Toronto en 1992 et 1993. En raison de ce qu'il a accompli durant sa carrière dans le baseball au Canada, le Temple de la renommée du baseball canadien lui a rendu hommage en 2012. Il a été entraîneur en basketball au Etobicoke Collegiate Institute pendant 20 ans, et pour le club des Panthers d'Islington durant cinq ans.

Carmyn James (Ancienne entraîneure-chef à l'Université de Hawaï)

Carmyn James a fait le saut comme entraîneure pendant qu'elle était à l'Université de la Colombie-Britannique. Après avoir complété une maîtrise en science de l'entraînement, elle a été nommée entraîneure-chef des Thunderbirds de UBC chez les hommes et les femmes en 1988. Pendant qu'elle était à ce poste, elle a été nommée entraîneure de l'année de l'USIC (aujourd'hui USport), a été instructrice de l'IAAF et a agi comme coordonnatrice nationale des sauts pour Athlétisme Canada. De plus, Carmyn a été nommée entraîneure-chef de trois équipes nationales. Une d'entre elles est allée aux Championnats du monde d'athlétisme de 1995, où elle a été la première femme dans l'histoire de l'athlétisme canadien à diriger une équipe nationale senior. En 2000, Carmyn a été embauchée pour faire renaître le programme d'athlétisme de la D1 féminine de la NCAA à l'Université d'Hawaï. Après avoir initié et facilité la mise en place d'installations d'athlétisme primées, elle est devenue l'entraîneure d'un bon nombre d'athlètes-étudiantes de premier plan, telles que Annett Wichmann et Amber Kaufman. Annett a remporté le prix Stan Bates à titre d'athlète-étudiante par excellence dans tous les sports dans l'Association Western Athletics (WAC) en 2009. Elle a été championne d'association en épreuves combinées à sept reprises, et son meilleur résultat au pentathlon lors des Championnats en salle de la NCAA a été une 4e place, et une sixième place à l'heptathlon des Championnats extérieurs de la NCAA. Amber a obtenu le prix Joe Kearney à titre d'athlète féminine par excellence dans tous les sports dans la WAC (2010). Elle a pris la 2e place au saut en hauteur aux Championnats en salle de la NCAA et la 1ère place aux Championnats extérieurs de la NCAA. Après avoir vécu pendant 17 ans sur une île tropicale, Carmyn est revenue au Canada afin d'être plus près de sa famille. Elle est présentement entraîneuse adjointe à l'Université de Toronto, où elle travaille auprès d'un de ses mentors, Carl Georgevski.

Harry Marra (OTC Elite, entraîneur d'Ashton Eaton, Bri-anne Theisen-Eaton)

Harry Marra est le meilleur entraîneur d'athlétisme au monde, haut la main. Non seulement a-t-il dirigé les meilleurs athlètes au monde, il a été l'entraîneur des meilleurs entraîneurs! Même ceux d'autres pays. Il a mené Ashton à la conquête de deux médailles d'or olympiques et à cinq records du monde, et il a mené Brianne à la conquête de plusieurs médailles au niveau mondial, faisant d'elle la meilleure Canadienne dans l'histoire de l'athlétisme canadien, ainsi qu'à une médaille de bronze olympique!

Marra a rejoint le personnel d'entraîneurs du groupe élite du Club d'athlétisme de l'Oregon (OTC) à l'été 2010. Il agit comme entraîneur des épreuves combinées au sein de l'équipe, travaillant en particulier avec le décathlonien de l'élite du OTC Ashton Eaton. Une offre pour être entraîneur à l'Université de l'Oregon a permis à Harry Marra, spécialiste de longue date dans maintes épreuves, de se retrouver dans la ville d'Eugene à l'automne 2009. Il a été entraîneur adjoint des Ducks lors des saisons en salle et extérieur en 2010.

Lui-même un ancien décathlonien, Marra a agi comme entraîneur-chef de l'équipe nationale américaine du décathlon de 1990 à 2000. Durant cette période, l'équipe a établi tous les records du monde possibles au décathlon, et a notamment vu Dan O'Brien rafler la médaille d'or aux Jeux olympiques de 1996 à Atlanta.

Pour en savoir plus, contactez :

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | **613-260-5580 x 3314**

athletics.ca/toronto2018

MERCREDI 8 AOÛT AU SAMEDI 11 AOÛT STADE VARSITY

BIOGRAPHIES DES CONFÉRENCIERS

Richard Parkinson (Entraîneur des lancers d'Athlétisme Canada, entraîneur de Brittany Crew)

- Entraîneur de lancer de Niveau 5 élite de l'IAAF
- Certification de niveau 5 du PNCE
- Récipiendaire du prix Dr. Doug Clement d'entraîneur de l'année d'Athlétisme Canada en 2017
- Entraîneur de l'année d'Athlétisme Ontario en 2017

Après 25 années marquées de succès comme directeur publicitaire et de marketing corporative, Richard a eu le privilège de transformer une passion comme entraîneur de lancer en deuxième carrière comme entraîneur des lancers des athlètes de Prochaine génération d'Athlétisme Canada. Entraîneur passionné axé sur les athlètes avec plus de 20 ans de développement réussi d'athlètes dans le sport comme à l'extérieur grâce à une compréhension de leurs besoins individuels afin de les motiver vers les résultats désirés. Richard a une fiche bien gardien dans les rangs provinciaux, universitaires, nationaux et internationaux. Le palmarès de ses athlètes comprend une médaille de bronze aux Universiades mondiales de 2015, une cinquième place aux Championnats du monde en salle de l'IAAF 2017 (une première pour une Canadienne aux épreuves de lancers), une médaille d'or aux Universiades mondiales de 2017 (une autre première canadienne aux lancers), deux médailles d'or et un record canadien aux Jeux du Commonwealth de la jeunesse 2017 et deux médailles de bronze aux Jeux du Commonwealth 2018 par les lanceurs de poids Tim Nedow et Brittany Crew. L'expérience d'entraîneur de Richard comprend 10 assignations avec les équipes nationales, notamment trois Championnats du monde de l'IAAF, les Jeux panaméricains de 2015, les Jeux olympiques de 2016 et les Jeux du Commonwealth de 2018.

Planification très technique et analytique, Richard est constamment à surveiller et à suivre les progrès de chaque athlète à l'entraînement pour garantir qu'ils offrent une performance réussie le jour où ça compte. En poursuite constant du succès de haute performance et offre les meilleurs entraînements et puisant dans les progrès techniques pour ses athlètes et les meilleurs entraîneurs de lancer au Canada et à travers le monde avec qui il a développé des relations à long terme. Richard collabore régulièrement et partage des renseignements avec d'autres entraîneurs et il participe à des sessions de mentorat pour entraîneurs, des échanges avec des clubs et universités, des camps d'entraînement, des cliniques et des conférences sur les lancers à travers le monde. À l'automne 2018, Richard entreprendra le Programme de diplôme supérieur pour entraîneurs de l'Institut du sport canadien de l'Ontario.

Brooke Rasnick (Université de Louisville - Entraîneure ad-jointe en athlétisme)

Brooke Rasnick est présentement entraîneure du saut à la perche et des épreuves combinées à l'Université de Louisville. Elle a auparavant été entraîneure adjointe à l'Université Kent State et entraîneure adjointe bénévole à l'Université de l'Oregon. À Louisville, elle a été l'entraîneure de plusieurs athlètes membres de l'équipe d'étoiles nationale universitaire américaine et de 10 athlètes qui ont réédité des records de l'institution. Rasnick a fait du saut à la perche à l'Université Wichita State de 2004 à 2009, son record personnel s'élevant à 4,20m.

Wolfgang Ritzdorf (Directeur du Centre mondial de saut en hauteur de l'IAAF)

Le Dr Wolfgang Ritzdorf est un chargé de cours principal à l'Université allemande du sport à Cologne, vice-directeur de l'Institut du mouvement et des neurosciences ainsi que chef du département d'athlétisme. Sa recherche est centrée sur la technique et la force réactive ainsi que sur l'entraînement des épreuves en sauts. Il est le rédacteur en chef de l'IAAF pour tout le matériel sur les sauts rédigé pour le système de formation et de certification des entraîneurs (CECS) et il est régulièrement invité à être conférencier lors de conférences internationales pour entraîneurs et par l'Académie de l'IAAF. Ex-entraîneur national d'athlètes allemandes au saut en hauteur, il est maintenant le directeur du Centre mondial du saut en hauteur de l'IAAF, où il a été l'entraîneur personnel de 9 athlètes en saut en hauteur ayant participé aux Jeux olympiques / Championnats du monde depuis 2007.

Pour en savoir plus, contactez :

John Lofranco | jlofranco@athletics.ca | 613-260-5580 x 3314
athletics.ca/toronto2018