

CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT PIERRE-HARVEY PROGRAMMATION 2026-2027



Centre
Pierre-Harvey

**DÉVELOPPER VOTRE
POTENTIEL. PROPULSER
VOS VICTOIRES.**

CRÉDIT PHOTO : MARC FISET



La mission du Centre national d'entraînement est de développer des skieurs aptes à compétitionner au niveau de la Coupe du monde, de créer un environnement motivant et stimulant pour les athlètes d'élite et de favoriser la création d'un programme d'activités pour les meilleurs athlètes régionaux.

PROGRAMMATION 2026-2027

1. Équipe du Centre national d'entraînement Pierre-Harvey 2026-2027
2. Programme estival 2026
3. Camps Élite (*nouveau!*)
4. Camps Développement (*nouveau!*)
5. Camp Sprint (*nouveau!*)

*nouveautés
2026!*

1. ÉQUIPE DU CENTRE NATIONAL D'ENTRAÎNEMENT PIERRE-HARVEY 2026-2027 (TEMPS PLEIN)

Objectifs : Qualification et performances aux mondiaux Juniors et M23, qualification aux voyages internationaux (Coupes du monde, Championnats mondiaux seniors, Olympiques), sélection sur l'équipe nationale, le groupe national et/ou le groupe national de développement.

Détails du programme :

- Encadrement complet de l'athlète dans l'ESI (équipe de soutien intégré):
 - Évaluation initiale de l'athlète par les entraîneurs et les spécialistes du CNEPH;
 - Établissement d'un programme d'entraînement annuel personnel (pour chaque athlète) et suivi de la planification de cet athlète pour toute la saison;
 - Suivi dans la programmation hebdomadaire.
- Encadrement complet dans le plan de soutien d'entraînement du CNEPH:
 - Entraînements au quotidien;
 - Soutien aux quatre camps d'entraînement de l'équipe;
 - Création d'un plan de compétitions individuel.
- Soutien et alignement avec la programmation des équipes nationale en camp d'entraînement et voyage de compétition.

Athlètes ciblé.e.s :

- Athlètes de niveau top 10 du cumulatif Coupe Québec U18-U20 et les athlètes de niveau national junior;
- Athlètes approché.e.s par le groupe d'entraîneurs du CNEPH.



CRÉDIT PHOTO : MARIO WALKER



2. PROGRAMME ESTIVAL 2026

Objectif : Encadrement intégré au sein du groupe du Centre national d'entraînement Pierre-Harvey (CNEPH) afin que les athlètes puissent apprendre des meilleur.e.s athlètes canadien.n.e.s.

Détails du programme :

- Évaluation initiale de l'athlète par les entraîneurs et le préparateur physique du CNEPH;
- Établissement d'un programme d'entraînement annuel de groupe pour la période du séjour et suivi général de la planification de cet athlète pour la saison (conjointement avec l'entraîneur de club);
- Entraînement quotidien avec les athlètes réguliers du CNEPH de mai à novembre (horaire adaptable en fonction des besoins de chaque athlète);
- Suivi technique et physique par l'équipe d'entraîneurs du CNEPH;
- Lors du retour de l'athlète dans son club :
 - Évaluation de l'athlète - référence aux paramètres évalués à son arrivée;
 - Recommandations et conseils pour la saison de course;
 - Suivi par l'entraîneur de club de l'athlète;
 - Encadrement du CNEPH lors des compétitions NorAm (logistique, fartage et « coaching ») lors desquelles le club ne se déplace pas (si le CNEPH en a la capacité).

Athlètes ciblé.e.s :

- Athlètes de niveau top 10 du cumulatif Coupe Québec U18-U20 (les athlètes de niveau national junior peuvent également poser leur candidature);
- Athlètes approché.e.s par le groupe d'entraîneurs du CNEPH.

SEMAINE-TYPE D'ENTRAÎNEMENT HEBDOMADAIRE (31 MAI - 1 NOVEMBRE 2026)

(Pour les athlètes de l'équipe et du programme estival)

LUNDI	PM : Musculation gym (14 h à 16 h)
MARDI	AM : Ski à roulettes - technique individuelle et vidéo
MERCREDI	AM : Ski à roulettes - intensités spécifiques MSA 8 h 30 PM : Musculation gym (14 h à 16 h)
JEUDI	AM : Course à pied longue distance MSA en groupe
VENDREDI	AM : Ski à roulettes - suivi technique + vitesses 8 h 30 PM : Yoga et core au gym ou à l'extérieur
SAMEDI	AM : Volume - intensités spécifiques MSA 8 h 30



INFORMATION GÉNÉRALE

- Site : Mont-Sainte-Anne, Québec
- Nombre de participants : À déterminer (en fonction de la capacité)
- Coût des programmes :
 - Équipe du Centre national d'entraînement Pierre-Harvey (1er mai 2026 - fin mars 2027) : 2500 \$
 - Programme estival:
 - Complet (31 mai 2026 - 1er novembre 2026) : 1500\$
 - Partiel (31 mai - fin août 2026) : 1250\$
 - Mensuel (dans la période du 31 mai au 1er novembre 2026) : 500\$/mois
- Langues : français et anglais
- Date limite de dépôt des candidatures : **15 avril 2026** par courriel ou par téléphone (un simple courriel ou appel témoignant de votre intérêt et de votre candidature suffit).
- Pour tout renseignement et pour déposer votre candidature, veuillez contacter :
 - Louis Bouchard, entraîneur-chef CNEPH 418.576.9935 louis.bouchard@hotmail.com
 - Julien Lamoureux, entraîneur CNEPH 438.404.7721 julien.lmr@gmail.com



*nouveauté
2026!*

3. CAMPS ÉLITE 2026 (POUR LES ATHLÈTES DE NIVEAU TOP 10 DU CUMULATIF COUPE QUÉBEC U18-U20)

• CRAFTSBURY OUTDOOR CENTER, VT, 30 JUIN - 6 JUILLET 2026

Objectif : Camp d'intensité et de volume sur terrain sec, axé sur l'optimisation de la récupération, dans un environnement parfait pour renforcer la cohésion d'équipe et créer des liens avec d'autres skieurs.

Détails du programme :

- Dates à confirmer selon disponibilité;
- Camp conjoint avec les athlètes du CNEPH, places limitées;
- 3 repas/jours de qualité et à volonté inclus;
- Transport de/vers la maison non-inclus;
- Coût approximatif 120-150\$/jour tout inclus (hébergement, nourriture, accès piste ski à roulettes, accès au lac et au gym, physiothérapeute sur place (à confirmer)).



CREDIT PHOTO : SKI DE FOND QUÉBEC

• SILVERSTAR, COLOMBIE-BRITANNIQUE, 20 NOVEMBRE - 7 DÉCEMBRE 2026

Objectif : Camp de volume en altitude visant à bien préparer les premières courses de l'année, avec une emphase sur la technique lors du retour sur neige.

Détails du programme :

- Camp sur neige en altitude;
- Sur invitation U23/U20/U18, places limitées;
- Dates à confirmer selon calendrier national;
- Coupe Canada pendant le dernier week-end;
- Coût total approximatif 2500-3000\$ (hébergement, avion, nourriture).

4. CAMPS DÉVELOPPEMENT 2026 (POUR LES ATHLÈTES DE NIVEAU TOP 10 CUMULATIF COUPE QUÉBEC U16-18)

*nouveauté
2026!*



MONT-SAINTE-ANNE, QUÉBEC, 25-28 JUIN 2026 ET 27-30 AOÛT 2026

Objectifs:

- **Camp 1 :** Permettre un retour sur ski à roulettes dans un environnement sécuritaire, de retrouver et reconnecter avec ses compétiteurs de la dernière saison, et de repartir à la maison encore plus motivé-e avec des points techniques à travailler pour l'été.
- **Camp 2 :** Entraînements de groupe de qualité avec retour sur les points techniques à travailler et comparaison avec les tests spécifiques de juin.



Détails du programme :

- Spécifique pour ce groupe seulement, places limitées;
- Évaluation technique de l'athlète par les entraîneurs du CNEPH;
- Entraînements en ski à roulettes, course à pied, yoga et conférence avec un.e spécialiste;
- Transport de/vers la maison non-inclus;
- Coût visé 450\$ (inclut hébergement, transport sur place, encadrement, accès à la piste de ski à roulettes).

5. CAMP SPRINT 2026 (OUVERT À TOUS)

*nouveau
2026!*

MONT-SAINTE-ANNE, QUÉBEC, 22-25 JUILLET 2026

Objectif : Rassembler un bon groupe d'athlètes pour quatre jours d'intensité dans le but de repousser ses limites.

Détails du programme :

- Ouvert à toutes et tous!
- Intensités en ski-roue et course à pied
- Hébergement/transport/nourriture/accès à la piste = votre responsabilité
- Inscription gratuite!



CREDIT PHOTO : SKI DE FOND QUÉBEC

INFORMATION GÉNÉRALE

- Date limite de dépôt des candidatures : **15 mai 2026** par courriel ou par téléphone (un simple courriel ou téléphone témoignant de votre intérêt et de votre candidature suffit).
- Pour tout renseignement et pour déposer votre candidature, veuillez contacter :
 - Louis Bouchard, entraîneur-chef CNEPH 418.576.9935 louis.bouchard@hotmail.com
 - Julien Lamoureux, entraîneur CNEPH 438.404.7721 julien.lmr@gmail.com

DÉVELOPPER VOTRE POTENTIEL. PROPULSER VOS VICTOIRES.

