

# Wrestling Canada Lutte (WCL)

## Partie A : Informations sur l'atelier

# Vue d'ensemble

Cet automne, Wrestling Canada Lutte a programmé plusieurs ateliers de la partie A, selon le programme ci-dessous :

| Dates   | Type de formation   | Notes  |
|---|---|--|
| Le 8 et le 12 octobre                           | En ligne, en utilisant Zoom.  | W.C.L. se charge de l'inscription et du paiement.      |
| <i>Le 17, 19 et 21 octobre</i>                  | <i>Formation hybride en collaboration avec la British Columbia Wrestling Association.</i> | <i>W.C.L. transmettra votre inscription à B.C.W.A.</i> |
| <b>Horaire corrigé</b><br>Le 5 et le 9 novembre | En ligne, en utilisant Zoom.  | W.C.L. se charge de l'inscription et du paiement.      |
| Le 3 et le 7 décembre                           | En ligne, en utilisant Zoom.  | W.C.L. se charge de l'inscription et du paiement.      |

Vous trouverez les horaires dans les pages suivantes.

Veuillez noter que l'entraînement hybride organisé en Colombie-Britannique offrira une expérience d'entraînement supérieure puisque vous et les autres entraîneurs pourrez réellement travailler sur les tapis les uns avec les autres.

## Note : Présentation du groupe

Vous serez placé dans un groupe et devrez préparer une présentation pour la partie *technique et tactique* de l'atelier. Les groupes seront annoncés vers la fin du module *Planification d'une pratique* et vous aurez l'occasion de commencer à travailler ensemble sur la présentation.

Il se peut que vous deviez organiser une réunion de groupe supplémentaire avant l'atelier *technique et tactique de la partie A*. Préparez-vous donc à consacrer 30 à 60 minutes à la réunion et au travail sur votre partie de la présentation à la maison.

# Horaires des ateliers

| <b>Partie A : le 8 et le 12 octobre</b> |   |              |                       |
|---|---|--------------|-----------------------|
| <b>Code du cours : 2023-10-A</b>        |   |              |                       |
| <i>Date</i>                             | <i>Module</i>                             | <i>Heure</i> | <i>Fuseau horaire</i> |
| Le 8 octobre                            | Planification d'une séance d'entraînement | 9h à 15h     | Heure de l'Est        |
| Le 12 octobre                           | La partie A technique et tactique         | 19h à 21h30  | Heure de l'Est        |

| <b>Partie A : le 17, 19 et 21 octobre</b> |   |              |                       |
|---|---|--------------|-----------------------|
| <b>Code du cours : 2023-10-C</b>          |   |              |                       |
| <i>Date</i>                               | <i>Module</i>                                       | <i>Heure</i> | <i>Fuseau horaire</i> |
| Le 17 octobre                             | Planning a Practice (1 sur 2)                       | 18h à 21h30  | Heure du Pacifique    |
| Le 19 octobre                             | Planification d'une séance d'entraînement (2 sur 2) | 18h à 21h30  | Heure du Pacifique    |
| Le 21 octobre                             | La partie A technique et tactique                   | 9h à 15h     | Heure du Pacifique    |

\* Note: the Technical and Tactical Part A workshop scheduled for October 21st is an **in-person** event, and will take place at:

## **Simon Fraser University - Wrestling Room**

8888 University Dr W

Burnaby, BC, V5A 1S6

[Click here](#) for a map and instructions on how to get there.

| <b>(Horaire corrigé) Partie A : le 5 et le 9 novembre</b> |   |              |                       |
|---|---|--------------|-----------------------|
| <b>Code du cours : 2023-11-E</b>                          |   |              |                       |
| <i>Date</i>   | <i>Module</i>                             | <i>Heure</i> | <i>Fuseau horaire</i> |
| Le 5 novembre   | Planification d'une séance d'entraînement | 12h à 18h    | Heure de l'Est        |
| Le 9 novembre   | La partie A technique et tactique         | 21h à 23h30  | Heure de l'Est        |

| <b>Partie A : le 3 et le 7 décembre</b> |   |              |                       |
|---|---|--------------|-----------------------|
| <b>Code du cours : 2023-12-G</b>        |   |              |                       |
| <i>Date</i>                             | <i>Module</i>                             | <i>Heure</i> | <i>Fuseau horaire</i> |
| Le 3 décembre                           | Planification d'une séance d'entraînement | 9h à 15h     | Heure de l'Est        |
| Le 7 décembre                           | La partie A technique et tactique         | 19h à 21h30  | Heure de l'Est        |

# Langue

Les ateliers sont proposés en anglais.

# Inscription et paiement

## **Participants aux ateliers hybrides B.C.W.A. :**

Vous devrez :

1. Vous inscrire à l'événement B.C.W.A. en utilisant ce lien :  
<https://thelocker.coach.ca/event/public/5623579>
2. Ensuite, payez les frais d'inscription à l'événement de 175 \$ ici :  
<https://2mev.com/#!/events/6172-nccp-competition-introduction-part-a-workshop-october-2023>

## **Pour les ateliers en ligne organisés par W.C.L. :**

3. Notez le code du cours (ci-dessus) et utilisez ce lien pour vous inscrire aux ateliers :  
<https://forms.gle/7hKVf6hJK59Zz7bK6>
4. Après votre inscription, WCL vous enverra une facture électronique par courrier électronique pour un montant de 125 \$ et les taxes de vente applicables.

Vous pouvez régler la facture par carte de crédit. Si vous devez prendre d'autres dispositions, veuillez envoyer un courriel à Ashley Welock : [awelock@wrestling.ca](mailto:awelock@wrestling.ca).

Veuillez payer cette facture rapidement afin de confirmer votre participation aux ateliers.

# Informations sur les connexions (Zoom)

Les informations de connexion pour les salles de réunion Zoom seront envoyées 24 heures avant le début de la première session programmée.

# Notes de l'atelier

Les informations suivantes vous aideront à faciliter votre expérience de l'atelier. Plus loin dans ce document, vous trouverez les horaires des ateliers et les informations sur les connexions pour chaque jour.

5. Utilisez un ordinateur de bureau, un ordinateur portable ou une tablette pour vous connecter aux sessions en ligne. **N'utilisez pas de téléphone portable.**
6. Utilisez les liens Zoom de la page suivante pour vous familiariser avec le logiciel.
7. **Connectez-vous 10 à 15 minutes à l'avance pour avoir le temps** de vérifier que tout est en ordre et que le son et l'image fonctionnent correctement ;
8. Assurez-vous d'avoir reçu tous les documents de l'atelier, voir la note plus bas pour plus de détails ;
9. Utilisez des écouteurs ou un casque ;
10. Prévoyez un téléphone et un chargeur au cas où vous ne pourriez pas vous connecter au canal audio de Zoom avec le microphone et les haut-parleurs de votre ordinateur ;
11. Il s'agit d'un atelier interactif et, à ce titre, nous attendons de tous les participants qu'ils aient activé leur caméra vidéo. ;
12. Votre expérience de la réunion Zoom peut être affectée si d'autres personnes se trouvent au même endroit que vous et diffusent des vidéos ou utilisent des jeux vidéo en ligne ; et
13. Si vous utilisez un VPN, cela peut également affecter votre expérience Zoom, en fonction de la bande passante incluse dans votre plan internet.

# Utilisation du zoom

Nous avons inclus ci-dessous quelques articles rapides et faciles de Zoom sur la façon de se connecter à une réunion en tant que participant. Veuillez les consulter avant la session de formation.

14. Zoom met à votre disposition une salle de réunion test que vous pouvez utiliser pour vous familiariser avec le logiciel  
<https://support.zoom.us/hc/fr/articles/115002262083-Joining-a-Test-Meeting>
15. Pour en savoir plus sur la participation à une réunion Zoom, cliquez ici :  
<https://support.zoom.us/hc/fr/articles/201362193>
16. Pour en savoir plus sur le test du son intégré de votre ordinateur ou de votre appareil mobile :  
<https://support.zoom.us/hc/fr/articles/201362283-How-Do-I-Join-or-Test-My-Computer-Audio>
17. En savoir plus sur l'adhésion par téléphone :  
<https://support.zoom.us/hc/fr/articles/201362663-Joining-a-meeting-by-phone>
18. Partager votre écran dans Zoom  
<https://support.zoom.us/hc/fr/articles/201362153-Sharing-your-screen>

# Les documents

Tous les documents relatifs aux deux ateliers seront envoyés après l'inscription et le paiement des frais d'inscription.

## Dois-je imprimer les documents ou non ?

C'est à vous de décider. Veuillez noter que le cahier d'exercices *Planification d'une séance d'entraînement* se présente sous la forme d'un fichier PDF remplissable.

## Utilisation simultanée de plusieurs appareils

Certains d'entre vous préféreront se connecter à la conférence en ligne avec un appareil et travailler sur un autre ordinateur/tablette ou avec le matériel imprimé. Prévenez le facilitateur d'apprentissage s'il vous demande de partager votre écran, car dans ce cas, ce ne sera pas possible !