



Rapport du conseiller technique

Bonjour chers Membres,

Pour l'année 2019-2020, nos deux centres de Haute Performance celui de Montréal et Québec ont donné des cours à raison de deux fois par semaine pour l'équipe du Québec pour la classe A et classe B jusqu'à la pandémie a changé notre réalité et du monde entier depuis le 13 mars dernier.

À cause de la Covid-19, la seule compétition à l'international que l'équipe du Québec a pris part, c'était l'Open de la Croatie, je dois féliciter les participants et les gagnants :

Rayan Omar, médaille de bronze junior -55kg

Artur Bespalyi, médaille d'argent junior -59kg

Matis Laliberté, médaille de bronze junior -63kg

Alexander Genewicz, médaille d'or junior -73kg

Vicky Carpentier, médaille de bronze junior -46kg

Isabella Schrunder, médaille de bronze junior -68kg

Éloi Paradis-Deschênes, médaille d'argent senior -68kg

De plus, l'équipe Québec junior masculin s'est mérité la 2e place au classement de la compétition. Merci à tous les entraîneurs pour le succès de ce tournoi!

Le seul Camp d'entraînement aux athlètes qui a lieu est celui du 9 février à Montréal, ce camp de relève à l'entraînement 2020 a connu une grosse participation des jeunes.

Cependant, d'autres se sont annulés à cause de la Covid-19 comme celui du 4 avril 2020 à Québec le camp de la relève à l'entraînement 2020 et celui de 30 et 31 mai 2022 à Drumoville le camp d'entraînement d'excellence.

Les mesures prises lors du début de pandémie par Taekwondo Québec était de monter un plan de relance en cinq phases, le fait que la situation change continuellement, on suit les consignes de la santé publique et du Ministère.

Il est important de mentionner, au départ, des bulles d'entraînement ne comptant que quatre combattants, toujours les mêmes, afin de favoriser un isolement rapide si un cas de COVID-19 devait se déclarer.

Le contenu, la durée de chaque phase, ainsi que la transition entre celles-ci restent à confirmer selon les directives de la santé publique. Notre plan de relance s'applique à toutes les activités de taekwondo au Québec: membres, clubs, initiations, sport- études, hautes performance.

Le sport est largement reconnu comme un outil de promotion du développement social et du bien-être personnel. Pour garder nos membres plus actifs lors de début de la pandémie, Taekwondo Québec à mobiliser de ressources, un psychologue sportif et préparateur physique :

- Le 26 mai 2020, en ligne, un atelier conférence avec Alain Vigneault, consultant en préparation mentale sous le thème : « FAVORISER LA RÉSILIENCE ET LA MOTIVATION EN PÉRIODE DE PANDÉMIE ET DE CONFINEMENT » pour motiver nos acteurs sportifs (entraîneurs et athlètes) dans ce contexte de pandémie.
- Juin 2020, un spécialiste en préparation physique, M. GABRIEL SYLLA, a donné en ligne des ateliers pour 3 semaines des cours en préparation physique aux athlètes de l'équipe du Québec. Le défi actuel qui reste est de garder nos membres (contact avec les athlètes, les entraîneurs) et faire plus de développement pour la saison qui s'en vient tout en respectant les mesures de sécurité, d'hygiène et de sécurité. Mais, il faut plus être créatif pour ce contexte actuel.

Il ne faut pas lâcher et rester positif ça va bien y aller.....

Raymond Mourad, directeur technique