



PROGRAMMES JUNIOR 2025



CLUB DE GOLF

VAL-MORIN

INTRODUCTION

Cette année, les membres du Val Morin auront le choix parmi 3 niveaux de programmes junior et seront sous la supervision de Brian Smith et son équipe d'entraîneurs certifiés.

Chaque programme offrira un environnement sécuritaire axé sur la progression et le plaisir.

- Programme Initiation
- Programme Développement
- Programme Compétitif

BRIAN SMITH



Avec plus de 35 ans dans l'industrie du sport et 27 ans en tant qu'entraîneur, Brian possède une riche expérience dans le développement à long terme de l'athlète. Certifié "développement à la compétition" par Canada-Snowboard et la PGA du Canada, il a accompagné plusieurs athlètes professionnels à atteindre leur plein potentiel. En 2018, aux Jeux Olympiques de Pyongyang et en 2022 à Beijing, il a eu la chance d'accompagner une athlète comme entraîneur olympique.

- entraîneur Olympique (snowboard) 2018 et 2022
- Professionnel de la PGA du Canada
- PNCE développement à la compétition "niveau 3"
- Formé ECD (encadré des compétiteurs en développement) avec la PGA du Canada
- Récipiendaire du prix d'Excellence en coaching Petro Canada - 2023
- CDE (coordonnateur au développement des entraîneurs) avec golf Québec



PROGRAMME INITIATION

Ce programme est conçu pour les jeunes (niveau débutant) de 8 à 11 ans qui désirent découvrir le golf par une approche de développements d'habiletés variées et spécifiques au golf dans un contexte d'apprentissage par le jeu et le plaisir.

Offert pour une durée de 6 semaines consécutives.

Un engagement de 2 semaines (blocs) minimum est requis pour être accepté dans le programme. (12 heures)

Habiletés motrices développées :

- Coordination
- Équilibre
- Mobilité

Habiletés de golf développées :

- Coups roulés
- Coups d'approche
- Élan complet
- Éthique du golf

Horaire

Bloc 1: 24-26 juin de 9 h 00 à 10 h 30

Bloc 2: 1-3 juillet de 9 h 00 à 10 h 30

Bloc 3: 8-10 juillet de 9 h 00 à 10 h 30

Bloc 4: 15-17 juillet de 9 h 00 à 10 h 30

Bloc 5: 22-24 juillet de 9 h 00 à 10 h 30

Coût : 175\$/bloc

maximum de 10 élèves/bloc



PROGRAMME DÉVELOPPEMENT

Ce programme est conçu pour les jeunes adeptes (niveau intermédiaire) de 12 à 15 ans qui désirent raffiner leurs habiletés avec l'intention de participer à des tournois dans le futur rapproché. Il cible les besoins uniques de chaque joueuse-joueur pour atteindre leur prochain niveau de performance. Les élèves auront l'opportunité de jouer sur le terrain accompagné par l'équipe d'entraîneurs et des outils technologiques (vidéo analyse, launch monitor) seront également utilisés afin d'optimiser le plein potentiel. Les élèves seront initiés aux 6 facteurs de performances.

Un engagement de 3 semaines (blocs) minimum est requis pour être accepté dans le programme. (27 heures)

Technique :

- Élan complet
- Vitesse (introduction)

Tactique :

- Gestion du terrain
- coups spécialisés (introduction)

Physique :

- Mobilité
- Force
- Vitesse

Psychologique :

- Établissement d'objectifs

Équipement :

- Évaluation et modification au besoin

Environnement :

- Pratiques variées sur différentes surfaces

Horaire

Bloc 1: 24-26 juin de 9 h 00 à 10 h 30 et le 28 de 15 h 00 à 17 h 00

Bloc 2: 1-3 juillet de 9 h 00 à 10 h 30 et le 5 de 15 h 00 à 17 h 00

Bloc 3: 8-10 juillet de 9 h 00 à 10 h 30 et le 12 de 15 h 00 à 17 h 00

Bloc 4: 15-17 juillet de 9 h 00 à 10 h 30 et le 19 de 15 h 00 à 17 h 00

Bloc 5: 22-24 juillet de 9 h 00 à 10 h 30 et le 26 de 15 h 00 à 17 h 00

Coût : 325\$/bloc

maximum de 8 élèves/bloc



PROGRAMME COMPÉTITIF

Ce programme est conçu pour les jeunes adeptes (niveau avancé) de 13 ans + qui désirent améliorer et maintenir une performance optimale en compétition. Une approche holistique qui touche tous les aspects de la performance sportive. Un développement et une consolidation des 6 facteurs de performance seront mis de l'avant afin d'apporter les élèves à réaliser leurs objectifs personnels. Les jeunes seront accompagnés par Brian Smith lors d'une compétition du calendrier Golf Québec ou interclubs juniors (s'il y a lieu). Les sessions se tiendront au Golf le Balmoral et au Golf Val Morin.

L'élève doit s'engager à l'horaire complète pour être accepté au programme (40 heures).

Technique :

- Élan complet
- Vitesse (développement)

Tactique :

- Gestion du terrain
- Coups spécialisés (consolidation)
- Retour et autoévaluation sur la performance en com
- Simulation de tournoi

Physique :

- Mobilité
- Force
- Vitesse
- Coordination

Psychologique :

- Mise en place d'objectifs personnels
- Test T.O.P.S (test of performance segments)
- Techniques de visualisation
- Performance sur demande

Équipement :

- Évaluation et modification au besoin

Environnement :

- Pratiques variées sur différentes surfaces
- Session sur le terrain

Horaire

L'horaire sera établi selon les disponibilités des élèves. Le programme offre 40 heures d'encadrement de mai à fin juillet 2025 . Les compétitions seront annoncées lors de la publication officielle de Golf Québec.

Coût : 1,400\$

