



Bonjour à tous!

Je me présente : mon nom est Luc Sylvain. Je suis le nouvel entraîneur-chef des Voltigeurs. À la suite du départ de «coach» Tourigny, j'ai accepté de prendre la relève, mais sous une nouvelle formule, c'est-à-dire que je serai secondé par MM. François Labrie et Patrice Marcoux à titre d'adjoints.

François cumulera donc le poste d'adjoint à l'entraîneur-chef ainsi que ses anciennes fonctions, soit coordonnateur défensif. Pour ce qui est de Patrice, il se joint à nous après avoir terminé son football universitaire avec le Vert & Or de l'Université de Sherbrooke. Patrice sera mon autre adjoint, en plus d'être le responsable des demis défensifs et préparateur physique de l'équipe.

Pour ce qui est des autres membres de notre personnel, je suis très fier de leur retour avec nous. Vincent Michel (OL), Mathieu Simard (Recs), Michaël Robin (Rbs), Marc Boisvert et Nicolas Godbout (DL), René Leclerc et Richard Guay (responsables de l'équipement), Stéphane Paquette (thérapeute) et Jean Tran (médecin de l'équipe).

Le «May Camp» se tenait du 29 au 31 mai. Nous avons 53 joueurs sur notre liste de recrutement. En grande majorité, ces joueurs se sont présentés aux tests physiques du vendredi soir qui étaient sous la supervision de «coach» Marcoux. Les tests comprenaient le «bench press», le 10 et le 20 verges, le saut en longueur sans élan, le saut vertical ainsi que le «T test». Ces tests avaient pour but de vérifier la progression physique de nos vétérans, qui sont soumis à des programmes d'entraînement en musculation spécifiques à leur position durant la saison morte, ainsi que d'évaluer la condition physique de nos recrues.

Les résultats obtenus permettront à «coach Marcoux» de bâtir des programmes spécifiques à chacun dans le but d'obtenir la meilleure préparation physique possible pour le début du camp d'août.

La pratique du samedi matin était orientée du côté aérien; donc tout ce qui touche la «passing game», tant du côté défensif qu'offensif. Vous l'avez deviné : la pratique de l'après-midi était pour sa part orientée au sol.

La pratique matinale du dimanche, quant à elle, concernait tant le sol et le jeu aérien. La pratique de l'après-midi était un «scrimmage contrôlé» de 60 jeux, donc l'équivalent d'un match complet. Ce «scrimmage» était divisé en divers segments : «goal line», «backed-up», «red-zone», au 35 offensif et défensif. Durant le «scrimmage», nous avons pu voir de très belles exécutions de la part de nos vétérans ainsi que de plusieurs recrues, ce qui augure très bien pour la prochaine saison. Plusieurs beaux jeux offensifs ont été exécutés, mais dans l'ensemble, nous avons pu assister à une domination du côté défensif, et surtout de notre ligne défensive.

En terminant, il ne faudrait pas oublier de souligner la visite des universités McGill, de Montréal et de Sherbrooke qui ont assisté à nos différentes pratiques tout au long du «week-end».

Je tiens en mon nom et en celui de tous ceux qui sont impliqués de près ou de loin dans le programme de nos Voltigeurs à vous inviter à venir assister en grand à nos matchs locaux. L'horaire de ceux-ci figure d'ailleurs sur ce site Web.

Luc Sylvain  
Entraîneur-chef, Voltigeurs Football  
Collégial AA