

## CWSF 2011 - Toronto, Ontario



### Chantal Surette

#### Pensez-y le potentiel de l'entraînement virtuel

**Challenge:** Health

**Category:** Intermediate

**Region:** Conseil scolaire acadien provincial

**City:** Meteghan, NS

**School:** École secondaire de Clare

**Abstract:** L'entraînement virtuel est une technique qui est souvent utilisée par des psychologues de sports quand ils entraînent les athlètes. Le but du projet était de faire une comparaison entre l'entraînement physique et l'entraînement virtuel pour voir si l'entraînement virtuel donnerait des résultats positifs. Mes résultats démontrent que l'entraînement virtuel donne des améliorations significatives et que cette amélioration peut être presque autant que l'entraînement physique.

#### Biography

La cadette d'une famille de 2 enfants, Chantal Surette est en 10<sup>e</sup> année à l'École secondaire de Clare, de la Butte, en Nouvelle-Écosse. Au niveau sportif, Chantal fait partie de les équipes de volleyball, soccer et de curling de l'école. Avec sa famille, elle a fait plusieurs voyages et aime bien le camping et les excursions en nature. Lors de sa troisième participation à l'expo-sciences régionale du Conseil scolaire acadien provincial, Chantal s'est mérité la deuxième position au niveau intermédiaire. Elle a aussi été choisie comme l'un des trois projets allant représenter la région à cette expo-sciences pancanadienne. Jeune enthousiasme, Chantal pense poursuivre ses études postsecondaires en sciences.

Youth Science Canada  
PO Box 297  
Pickering ON L1V 2R4  
[www.youthscience.ca](http://www.youthscience.ca) / [info@youthscience.ca](mailto:info@youthscience.ca)  
416-341-0040