

Journée d'information MEDICALE

Samedi 8 Avril 2006

Maison des sports de Rennes

De 9h00 à 16h30

ATHLETISME
CENTRE D'ENTRAINEMENT
D'ILLE ET VILAINE



Intervention de Dr TREGARO - de Dr JAN - de Mr THEBAULT et Mr POULET, kinésithérapeutes - de Mme MATHERON, diététicienne - de Mme MENOUE, podologue

9h à 9h30	Accueil et présentation de la journée
9h30 à 10h30	Descriptif du public, des pathologies et de la prévention par Mr THEBAULT, kiné du CLE et Mr POULET, kiné du pôle.
10h30 à 10h45	Echanges - Débat
10h45 à 11h15	Le suivi médical des athlètes avec Dr JAN
11h15 à 11h30	Echanges - Débat
11h30 à 13h	Pause déjeuner
13h à 13h30	Information sur le dopage avec Dr TREGARO
13h30 à 13h45	Echanges - Débat
13h45 à 14h45	Information sur la podologie avec Mme MENOUE
14h45 à 15h	Echanges - Débat
15h à 15h45	Information sur la diététique avec Mme MATHERON
15h45 à 16h15	Echanges - Débat
16h15 à 16h30	Conclusion

Un pot sera offert à la suite de cette journée.

Panier-repas pour le midi

CONTACTS :

DELYS Stéphane - Educateur sportif au CG35 - 06-88-49-01-01 -

stephane.delys@cg35.fr

MARCHESSAU Ugo - salarié CDA35 - 02-99-54-67-50 -

athle35@wanadoo.fr

VILLEMUS Arnaud - CTS - 06-75-00-57-84 -

villemus.arnaud@wanadoo.fr



ATHLETISME
CENTRE D'ENTRAINEMENT
D'ILLE ET VILAINE

en collaboration avec



avec le soutien du



vous proposent

**Les journées
thématiques d'athlétisme
en Ille et Vilaine**



Soirée DEMI -FOND
Vendredi 20 janvier 2006
Maison des sports de Rennes
De 19h30 à 21h00



Intervention d'Ugo MARCHESSAU - Entraîneur fédéral
(public concerné : entraîneur, athlète, dirigeant)

- 19h30 à 19h45 Présentation
- 19h45 à 20h30 Intervention sur thème : **Planification et programmation des entraînements pour un athlète junior allant aux championnats de France**
- 20h30 à 20h50 Echanges - Débat
- 20h50 à 21h00 Conclusion

casse-croute à la fin de l'intervention

INFO : 11 Mars à Saint-Malo - Meeting en présence de L. DOUCOURE à 18h30



Matinée PREPARATION PHYSIQUE
Samedi 11 Mars 2006
Stade municipal de Cesson-Sévigné
De 9h à 12h30



Intervention de Sébastien PEIX - BEES 2^{ème} degré Athlétisme
(public concerné : entraîneur, athlète, dirigeant)

- 9h à 9h15 Présentation
- 9h15 à 10h15 Intervention en rapport avec la marche athlétique et le sprint
- 10h15 à 11h45 Mise en place de situations pratiques
- 11h45 à 12h15 Echanges - Débat
- 12h15 à 12h30 Conclusion

casse-croute à la fin de l'intervention

INFO : 12 Mars 2006 à Vitré - information sur le dopage avec Dr TREGARO

Soirées PSYCHOLOGIE DU SPORT

Judi 26 Janvier 2006
 Cesson
 De 19h30 à 20h45
ATHLETES DU CLE35

Judi 2 Février 2006
 Foyer Courtemanche
 De 19h30 à 20h45
ATHLETES DU POLE

Intervention d'Oanig LAIGNEAU - Psychologue du sport
(public concerné : athlètes en priorité)

- 19h30 à 19h45 Présentation de l'intervention
- 19h45 à 20h45 Intervention sur thème : **Intérêts de la psychologie pour les entraînements et les compétitions**
- 20h45 à 21h15 Echanges - Débat
- 21h15 à 21h30 Conclusion



casse-croute à la fin de l'intervention



Soirée LANCERS
Vendredi 24 Mars 2006
Maison des sports à Rennes
De 19h30 à 21h30



Intervention de Gilles DUPRAY - CTS -
(public concerné : entraîneur, athlète, dirigeant)

- 19h30 à 19h45 Présentation
- 19h45 à 20h45 Intervention sur thème : **Méthodologie de l'entraînement et préparation et techniques chez les lanceurs de niveau qualification au France**
- 21h00 à 21h15 Echanges - Débat
- 21h15 à 21h30 Conclusion

casse-croute à la fin de l'intervention