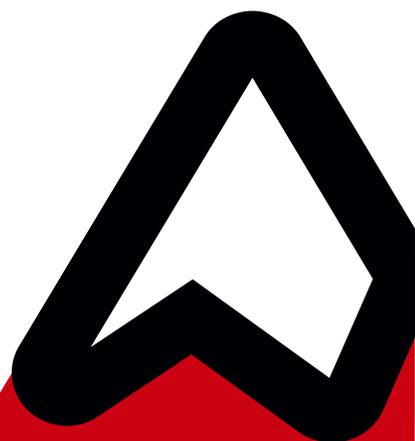


Symposium

Performance et Stress Environnemental



De Tokyo à Paris 2024

21 et 22 OCTOBRE 2021
CREPS CNEA FONT-ROMEU

Contact : performance360@cneafontromeu.fr

Tel : 04 68 30 86 60

08h00 - 09h00

 Accueil des participants / café

9h00

- Ouverture du Symposium
*Directeur du CREPS
Chef de mission du Grand
INSEP*

9h20 - 9h35

- Présentation du symposium -
organisation *Nicolas Bourrel
CNEA Font-Romeu*

9h40 - 10h10

- Entraînement en altitude et intérêt pour
les fédérations sportives dans l'optique
de Paris 2024 ? Revue méthodologique
*Dr Laurent Schmitt
CNSNMM - Prémanon*

10h15 - 10h50

- Utilisation des stress environnementaux
pour les équipes olympiques
américaines. Préparation des jeux
olympiques et paralympiques de Tokyo
*Dr Randy Wilberg
USOC - USA*

10h50 - 11h10

 Pause café / Coffee break

11h15 - 12h45

- Acclimatation et performance en
condition chaude
*Dr Sébastien Racinais
ASPETAR - Qatar*

11h50 - 12h20

- Préparation des JO de Tokyo 2021
Rugby à 7
*Dr Anthony Couderc
FF Rugby*

12h25 - 12h45

- Table ronde - questions / réponses
*Dr Laurent SCHMITT, Dr Randy
WILBERG, Dr Sébastien
RACINAIS, Dr Anthony COUDERC*

14h15 - 14h45

- Entraînement en altitude et adaptations
hématologiques
*Pr. Dr. Walter Schmidt
Université de Bayreuth - ALL*

15h00 - 15h40

- L'entraînement d'altitude chez les
athlètes pour la performance au
niveau de la mer
*Dr. Keren Constantini
Université de Tel Aviv - ISR*

15h45 - 16h20

- Prise en compte du stress climatique
chaud et humide dans la préparation
des triathlètes Olympiques et
Paralympiques en vue des JOP de
Tokyo 2020
*Dr Sébastien Libicz
FF Triathlon*

16h25 - 17h00

- Méthode "Living High Training High"
Etude de cas d'un monitoring de stage
Equipe de France d'Aviron Féminines
*Nicolas Bourrel
CNEA Font-Romeu*

17h00 - 17h15

 Pause café / Coffee break

ATELIERS PRATIQUES

17h15 - 18h00

- ESPACE CHALEUR - HUMIDITE
*Détermination d'allure évaluation,
acclimatation à la chaleur (monitoring, suivi des
séances).*

18h00 - 18h45

- ESPACE HYPOXIQUE
Répétition de sprints en hypoxie, CHT, RTH

Vendredi 22/10 7h30 - 8h30

- ESPACE MEDICAL
Monitoring - suivi physiologique d'un stage

7h30 - 8h30

- **ESPACE MEDICAL** (atelier pratique)
Monitoring - suivi physiologique d'un stage

08h00 - 09h00



Accueil des participants / café

9h00 - 9h20

- **Projet HYPOXPERF** : Optimiser l'apport du stress environnemental dans la quête de performance Olympique
*Dr Franck Brocherie
INSEP*

9h35 - 10h15

- Utilisation des stress environnementaux pour les athlètes australiens dans la préparation des JOP de Tokyo
*Dr Amélia Carr
Université Deakin - AUS*

10h20 - 11h00

- Nouvelles approches de l'entraînement en force : restriction du débit sanguin et hypoxie BFR
*Dr Brendan Scott
Université Murdoch - AUS*

11h00 - 11h20



Pause Café

11h25 - 12h00

- Combinaison d'entraînement à la chaleur et en altitude pour améliorer les performances au niveau de la mer en condition tempérée
*Dr Olivier Girard
Université Western - AUS*

12h05 - 12h45

- Utilisation des stress environnementaux pour une équipe professionnelle de cyclisme sur route Cofidis
*Samuel Bellenoue
COFIDIS*

14h30 - 16h30

• TABLES RONDES THEMATIQUES

Utiliser les stress environnementaux pour Paris 2024 : quelles perspectives opérationnelles pour les fédérations sportives ?

- **TABLES 1** : Le monitoring, suivi des athlètes lors des expositions en stress environnemental

- **TABLES 2** : Les méthodes d'entraînement en condition hypoxique

- **TABLES 3** : Les méthodes d'entraînement en condition de chaleur et humidité

16h40 - 17h00

- Cloture du symposium

Symposium Performance et Stress Environnemental



VENDREDI 22 OCTOBRE



LES EXPERTS



OLIVIER GIRARD



Docteur en Science du sport

Professeur associé en performance humaine et directeur de recherche du département des sciences du sport, de l'exercice et de la santé au sein de l'école des sciences humaines de l'Université d'Australie occidentale à Perth (Australie-Occidentale).



SEBASTIEN RACINAIS



Docteur en Science du sport

Docteur en Science du sport / Directeur du centre de recherche de « ASPETAR orthopaedic and sports Médecine Hospital », Qatar



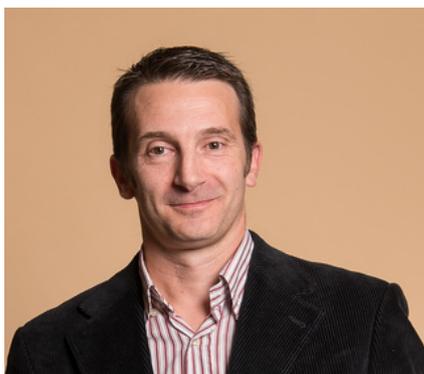
LAURENT SCHMITT



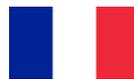
Docteur en biologie

Chercheur associé à l'université de Lausanne (UNIL)
Directeur du département haut niveau, recherche et expertise au Centre National de Ski Nordique de Prémanon, France

Coordonateur et membre du groupe de pilotage du groupe ASTRE "Accompagnement Scientifique à la performance en STress Environnemental"



FRANCK BROCHERIE



Docteur en physiologie de l'exercice

Chercheur en physiologie de l'exercice au laboratoire Sport Expertise et Performance de l'INSEP, France

Membre du groupe de pilotage du groupe ASTRE
Accompagnement Scientifique à la performance en
STRESS Environnemental



RANDY WILBERG



Docteur en physiologie de l'exercice

En charge d'accompagner les athlètes et les entraîneurs de l'équipe olympique américaine dans les domaines de l'entraînement en altitude, de l'acclimatation à la chaleur/humidité, des analyses biologiques, du surentraînement, du décalage horaire et de l'asthme induit par l'exercice. Il soutient l'équipe Olympique américaine depuis 2002.



KENREN CONSTANTINI



Docteur en physiologie de l'exercice

Keren est une chercheuse de l'université de Tel Aviv



Prof. Dr. WALTER SCHMIDT



Chef du département de Médecine du sport

Université de Bayreuth - Allemagne



BRENDAN SCOTT



Docteur en science du sport

Brendan est chercheur à l'Université Murdoch (Australie). Les recherches de Brendan s'orientent sur l'exercice avec hypoxie systémique (altitude simulée) et l'hypoxie localisée (par restriction du flux sanguin), ainsi que sur l'optimisation des méthodes de surveillance de l'entraînement sportif.



AMELIA CARR



Docteur en science du sport et nutrition

Ces recherches récentes se concentrent sur les effets sur les performances et les adaptations physiologiques associées à l'acclimatation à la chaleur, à l'entraînement en altitude et à la supplémentation nutritionnelle chez les athlètes d'élite. Elle travaille en collaboration avec les organisations sportives nationales australiennes, les clubs sportifs professionnels et l'Institut australienne du sport (AIS).



ANTHONY COUDERC



Préparateur physique - Sport scientist

Chef de projet de la préparation physique de l'ensemble de la filière féminine de la Fédération Française de Rugby. Il a accompagné la préparation de l'équipe féminine de rugby à 7 au JO de Tokyo.



SEBASTIEN LIBICZ



Conseiller Technique National après de la Fédération Française de Triathlon

Docteur en science du mouvement humain. Coordonnateur de la mission appui expertise de la performance. Il a accompagné l'équipe de France de para Triathlon pour les jeux paralympiques de Tokyo. Membre du groupe ressource ASTRE.



NICOLAS BOURREL



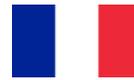
Professeur de sport au Centre National d'Entraînement en Altitude de FONT-ROMEU

Il accompagne les équipes lors des camps d'entraînement en altitude (suivi physiologique, préparation physique, entraînement en condition environnementale).

Membre du groupe de pilotage du groupe ASTRE "Accompagnement Scientifique à la performance en STress Environnemental"



SAMUEL BELLENOUE



Entraîneur de l'équipe de cyclisme professionnel COFIDIS. Il est l'entraîneur de Guillaume Martin depuis de nombreuses années. Son rôle d'entraîneur s'étend dans l'expertise des stress environnementaux et le suivi des cyclistes.



INSCRIPTION :

<https://forms.gle/2G1TLHBnEXu5MFku5>

Contact : performance360@cnea-fontromeu.fr

tel : 0468308660