

Colloque "Entraînement sportif : Des données de la recherche au terrain"

Tunis - 9 & 10 novembre 2017 à la Maison des Fédérations Sportives

Présentation

Pour ce colloque, nous nous attacherons à mettre en avant l'apport de la science dans le domaine de l'entraînement sportif et la préparation physique. Notre objectif est de mieux comprendre les principes physiologiques des méthodes d'entraînement, de la récupération et de la nutrition des sportifs d'élites, paramètres essentiels de la performance. Le lien entre ces connaissances théoriques et leur application sur le terrain sera illustré au travers d'exemples concrets.

Programme

Jeudi 9 novembre 2017

14h00-14h30 : Ouverture

14h30 - 16h30 : Conférences plénières sur le thème de l'Entraînement

- Olivier Girard « Méthodes innovantes d'entraînement en altitude des joueurs de sports collectifs »
- Anis Chaouachi « Entraînement de force chez les jeunes »
- Souhail Chelly « La préparation physique des jeunes handballeurs élites »

16h30-17h00 : Pause-café et 1^{ère} session poster

17h00-18h30 : Conférences plénières sur le thème de l'Entraînement

- Asma Aloui « Poursuivre ses entraînements pendant le Ramadan: quelles recommandations pratiques? »
- Amin Bouzid « Effets du jeûne de Ramadan sur la cinétique de récupération chez les footballeurs d'élite »
- Khaled Trabelsi « Evaluation du statut hydrique de l'athlète »

Vendredi 10 novembre 2017

09h00 - 11h00 : Conférences plénières sur le thème de la récupération

- Abd-Elbasset abaidia « La récupération : aspects théoriques et pratiques »
- Hamdi Chtourou « La compétition : Assurer le meilleur rendement le jour J »
- Anis Chaouachi « Entraînement et fatigue chez le sportif : aspects pratiques »

11h00-11h30 : Pause-café et 2^{ème} session poster

11h30 - 12h30 : Conférences plénières sur le thème de l'entraînement

- Heithem Rebai « La préparation physique de haut niveau en volleyball »
- Ammar Nebigh « La programmation de la préparation physique du jeune âge à l'âge adulte »
- Lopez Martinez « Formation des jeunes footballeurs : le travail intégré »

12h30 - 14h00 : Pause déjeuner

14h00 - 15h30 : Conférences plénières sur le thème de la nutrition des sportifs

- Halim Jbali & Hela Chaouachi « Usage des compléments alimentaires ... antichambre au dopage? »
- Sophie Vincent « optimisation de la nutrition pour la performance sportive et la santé : utilité des compléments alimentaires & place des ergogènes ? »
- Ikram Ben Ayad « Supplémentation en vitamine D chez le sportif »

15h30-16h00 : Pause-café et 3^{ème} session poster

16h00-17h30 : Atelier pratique

- Entraînement en altitude, *Olivier Girard*
- Techniques de récupération, *Abd-Elbasset Abaidia*
- Nutrition des sportifs, *Sophie Vincent*

Appel à communication

Des soumissions de présentation de communications affichées (Poster A0 + 2min de présentation lors d'une session annoncée au programme) sont prévues. Les propositions de communications doivent s'inscrire dans l'un de ces trois thèmes :

- Entraînement
- Fatigue et récupération
- Nutrition

Les propositions de communications peuvent être en langue Arabe, Française ou Anglaise. Elles devront nous être envoyées au plus tard le 20 octobre 2017 par courrier électronique à : colloque.ons@gmail.com.

Les communications doivent respecter la mise en forme suivante :

Titre (lettres capitales, caractères gras, texte centré) – saut de ligne

Nom de(s) l'auteur(s) (simples caractères gras, texte centré)

Institution d'appartenance de(s) l'auteur(s) (simples caractères italiques, texte centré) – saut de ligne

Adresse(s) et email de(s) l'auteur(s) (texte centré) – saut de ligne

Texte de la communication

Recommandations générales

- Police : Times New Roman, taille 12, interligne simple ; marges droite et gauche 3 cm, haut et bas 2,5 cm ; texte justifié.

- Bibliographie : elle est présentée à la fin du texte, par ordre alphabétique et selon les normes APA.