



Colloque Médico-sportif

Dans le cadre du 22ème challenge des 3000 ariégeois

"La récupération après l'effort"

Le 19 Août 2011 à partir de 16h00 à la maison des patrimoines

Accueil: B.Piquemal Président de la communauté de communes d'Auzat et du Vicdessos et Président de l'organisation du Challenge des 3000 Ariégeois

Animation : Dr M.Delay, cardiologue et Vice Président du Comité départemental Olympique et sportif de L'Ariège et Président du Comité départemental d'athlétisme de l'Ariège

Dr Florent NEGRE : *médecin du sport, responsable médical du CMS Ariège Pyrénées*

Définition de la récupération d'un point de vue physiologique pendant et après l'effort
après l'entraînement
après la compétition

Carine BEGOVIN: *Podologue du sport et de la ligue Midi-Pyrénées d'Athlétisme*

La récupération du point de vue podologique

Dr Jean BECCHIO : *Médecin et ancien recordman des Pyrénées en saut en hauteur*

La récupération - aspect mental

Dr Thierry COME: *Médecin inspecteur jeunesse et sport et coureur de trail en montagne + Aurore MAURY-DUFLOUCQ : diététicienne de la mutualité française)*

La récupération au niveau de la nutrition
vue par le médecin
vue par la diététicienne

Benjamin BELAMI : *Kinésithérapeute au CREPS de Toulouse et athlète + Marc Villa : coach sportif fédération française de skyrunning)*

La récupération musculaire - reconditionnement du muscle après l'effort

Invités d'honneur : *Claude LABATTUT (himalayen) + Mc David, (n°1 de la prothèse/orthèse sportive aux Etats-Unis qui lancent cet été une ligne de contention pour la récupération post-effort...)*

"DEBAT-QUESTIONS-REponses"



**CENTRE MEDICO SPORTIF
DEPARTEMENTAL
ARIEGE/PYRENEES**