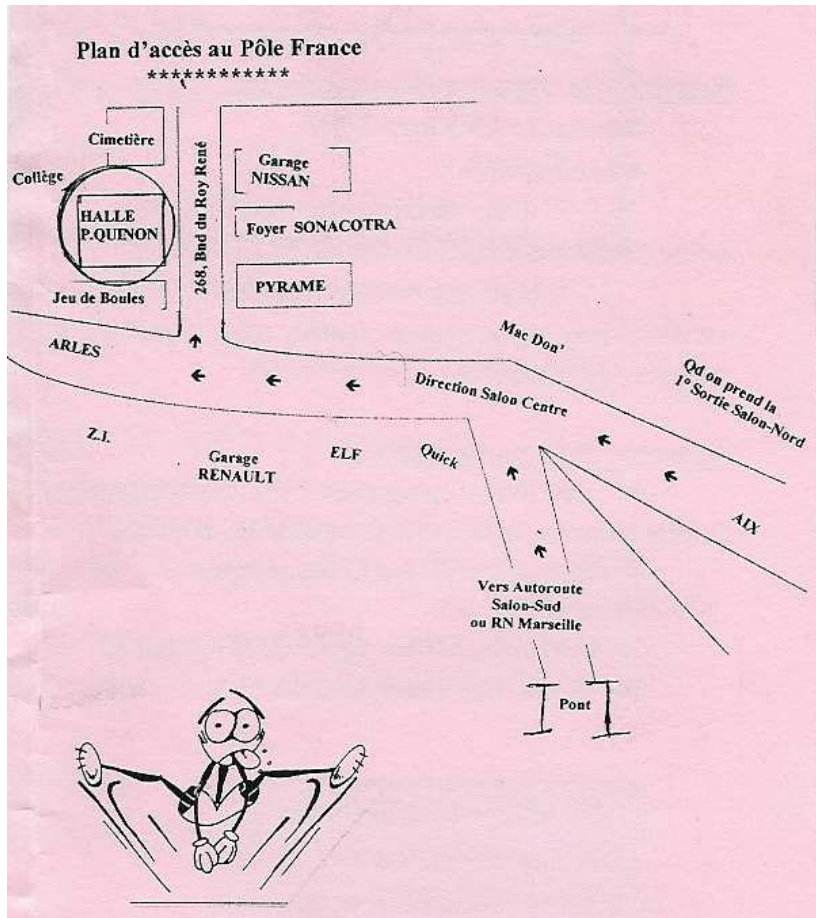


Bienvenue à Salon!



Pour plus d'informations ...
ETR ligue de Provence
268, bld du Roy René, Halle Pierre Quinon
13300 SALON DE PROVENCE
Tél: 04.90.56.40.12 — fax : 04.90.56.56.88
Email : laurence.vivier@neuf.fr
Contact : Laurence VIVIER (06.14.46.15.46)

La ligue de Provence organise ...



"Compétences et Passion
au service du coureur
de 800-1500 m et
de son entraîneur ..."



Dimanche 25 Mars 2007
à Salon, de 9h à 17h30



Demi-fond

Le 800m

Intervenants:

Richard DESCOUX, entraîneur de demi-fond,
formateur au CREPS de Montpellier,
ex-DTN FFA

Et pour la table ronde:

J-Claude LATORRE (ex-CTS Provence) et
Pascal HAUDICOT (Entraîneur FFA)



Venez prendre part à cette journée d'informations et de partage d'expériences sur l'entraînement et la compétition en demi-fond... autour d'entraîneurs ... éternellement ...passionnés ...

Dimanche 25 Mars

Au Pôle à Salon

Génération d'entraîneurs



8h30 : accueil des participants.

9h-11h : début du colloque (Richard DESCOUX) :

- Les fondements de la préparation du 800
 - le développement de la force d'endurance spécifique
 - la préparation physique et technique
- L'endurance basique au service des coureurs de 800-1500 (la spécificité de ces distances au féminin)

11h-11h30 : pause

11h30 - 12h30 : Reprise (Richard DESCOUX)

- Un exemple de méthodologie de programmation

13h : repas à l'hôtel IBIS

14h-17h30 : table ronde ((Richard DESCOUX / Pascal HAUDICOT / Jean-Claude LATORRE) autour des thèmes suivants :



LISTE DES THEMES

1. Quels sont les athlètes qui ont le plus marqué votre carrière d'entraîneur ?
2. Evaluation : quels tests ou séances tests ?
3. Quelle conception du développement aérobie pour le coureur ?
4. Vitesse / technique : sous quelle forme ?
5. La préparation hivernale d'un coureur de 800-1500
6. Quelle évolution pour les séances spécifiques au cours de la saison ? à la lueur d'exemples.
7. L'entraînement des athlètes féminines doit-il se distinguer de l'entraînement des athlètes masculins ?
8. L'organisation de l'entraînement en stage ?
9. La préparation terminale ?
10. Quel échauffement avant la compétition ?
11. La gestion d'un évènement majeur : place de l'entraîneur ?
12. Vers quelle autonomie conduire l'athlète ? quelles responsabilités respectives ?
13. L'entraîneur manager ?

COUPON REPONSE

À renvoyer à :

ETR, Colloque Demi-fond, Pôle France Athlétisme,
268 Bd Roy René, 13 300 Salon,
avant le 10/03/2007 (date limite)

Accompagné d'un chèque de 20 € à l'ordre de la LPA

Nom et Prénom :

Club :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. : E-mail :

☺ Je mangerai le midi: oui / non

☺ Quels sont les thèmes que je souhaiterais voir abordés en priorité ?

.....
☺ Je précise sur papier libre les thèmes non évoqués et qui me tiennent à cœur, ou si je veux qu'un point plus particulier soit développé sur un des thèmes pré-cités : oui / non