

TABLES RONDES "ENTRE COACHS" ETS 2024
ACCESSIBLES UNIQUEMENT AVEC LE PASS PREMIUM

SAMEDI 27 AVRIL 2024

1	Retour au sport après blessure épaule : les dernières applications de terrains scientifiquement prouvées	10:00
	JURE Dimitri	15:00
2	Sédentarité : Comment se (re)mettre en mouvement ?	10:00
	ATTAB Nordine	15:00
3	La variabilité cardiaque au service de l'optimisation de la performance	10:00
	FREVILLE Sylvain	15:00
4	L'importance business networking dans votre stratégie de développement / Ice breaker	10:00
	SAURA Anthony	15:00
5	Les "10 choses à faire et à ne pas faire" en nutrition	10:00
	PILON Gabriel	15:00
6	Comment créer une culture de la performance dans un groupe d'athlète	10:00
	ALTENHOVEN Maxime	15:00
7	Le RED-S ou déficit énergétique relatif dans le sport : comprendre pour prévenir et mieux coacher	11:15
	REISS Didier	16:15
8	Activités physiques et nutrition : les clés de la longévité	11:15
	FOULONNEAU Vincent	16:15
9	Mise en œuvre du travail de renforcement OFF et IN-SEASON dans les sports d'endurance	11:15
	VANDEL Nicolas	16:15
10	Réussir dans le Personal Training : Les clés pour premiumiser sa vente de coaching et optimiser les résultats de vos clients	11:15
	COIA Rudy	16:15
11	Plus vite, Plus haut, Plus fort : quelles stratégies nutritionnelles pour améliorer les performances sportives	11:15
	LE PANSE Bénédicte	16:15
12	Hypertrophie musculaire : les meilleures méthodes d'entraînement basées sur la science	11:15
	DRUGUET Sylvain	16:15
13	CON-PHY-TECH : Interface entre athlétique et spécifique	13:45
	AUBERT Frédéric	17:30
14	Sommeil & Entraînement : comment mieux dormir pour mieux récupérer ?	13:45
	FOULONNEAU Vincent	17:30
15	Les seuils lactiques n'existent pas (les autres non plus d'ailleurs)	13:45
	PAWLAK Tristan	17:30
16	Comprendre le comportement humain : Notre cerveau merveille de la nature ou raison des échecs en coaching ? Comprendre ses mécanismes pour mieux coacher !	13:45
	COLOMBET John	17:30
17	Quelle influence nos pensées et nos sentiments ont sur notre comportement et notre alimentation ?	13:45
	LE PANSE Bénédicte	17:30
18	TOP 5 des méthodes pour optimiser l'hypertrophie musculaire, la force maximale	13:45
	FLEURENCE David	17:30

TABLES RONDES "ENTRE COACHS" ETS 2024		
ACCESSIBLES UNIQUEMENT AVEC LE PASS PREMIUM		
DIMANCHE 28 AVRIL 2024		
19	Optimisation de la programmation pour des Crossfiteurs de haut niveau	10:15
	PAILLASSON Florent	14:00
20	Le HIIT : Vaccin pour la prévention et le traitement des maladies cardiovasculaires ?	10:15
	DRUGUET Sylvain	14:00
21	La performance d'endurance en 3 axes : VO2 Max, Seuil et Durabilité	10:15
	PAWLAK Tristan	14:00
22	Vendre du personal training à (presque) tous les coups	10:15
	PORCHET Ken	14:00
23	Complémentation alimentaire : Indispensables ou bullshit	10:15
	FOULONNEAU Vincent	14:00
24	Les meilleures méthodes d'entraînement en force maximale et en puissance pour les sports collectifs et individuels	10:15
	AUBERT Frédéric	14:00
25	Impact du cycle menstruel sur les performances sportives des athlètes : état des lieux scientifiques actuels	11:30
	DRUGUET Sylvain	15:15
26	Le microbiote de l'intestin - une horloge cruciale pour notre santé	11:30
	PILON Gabriel	15:15
27	Organiser et programmer l'entraînement individuel dans les sports d'endurance : du débutant à l'élite	11:30
	VANDEL Nicolas	15:15
28	Durer plus de 5 ans dans le coaching, c'est possible ?	11:30
	WYSS Flora / DARNAT Amélie	15:15
29	Prophylaxie : les clés de la longévité dans le sport	11:30
	FOULONNEAU Vincent	15:15
30	Les secrets d'anciens obèses devenus personal trainer pour une transformation durable	11:30
	BIG BROZA (Harry et Ando RATSIMBA)	15:15