

**Samedi 23 mars 2019**  
**Une journée**  
**au CREPS de Bordeaux**

653, cours de la libération • 33400 Talence (salle d'armes)

# Entre sciences et entraînement :

## Horizons Olympiques



**Développer ses ressources  
pour s'adapter aux  
contraintes sportives.**

**Des approches singulières  
pour la performance  
olympique.**



MINISTÈRE  
DES SPORTS



Entrée libre sur inscription :

[cyril.faucher@creps-bordeaux.sports.gouv.fr](mailto:cyril.faucher@creps-bordeaux.sports.gouv.fr)

Une journée  
au CREPS  
de Bordeaux

**Entre sciences  
et entraînement :  
Horizons Olympiques**

**9h**

**Café et accueil** du directeur du CREPS JÉRÔME ROUILLAUD et du doyen de la faculté des STAPS JULIEN MORLIER.

**9h30 - 10h15**

**Conférence introductive**

**LUDOVIC SEIFERT**. Professeur, Université de Rouen. Guide de haute Montagne. L'approche dynamique pour développer les ressources des athlètes : les cas particuliers de deux activités fortement contraintes, la cascade de glace et la natation.

**10h15 - 10h25**

**Questions/réponses**

**10h25 - 11h05**

**JEAN-MAXENCE BERROU**. Entraîneur national de Pentathlon moderne. Un sport 5 systèmes de contraintes. Comment développer les ressources des pentathlètes vers la performance olympique.

**11h05 - 11h15**

**Questions/réponses**

**11h15 - 11h55**

**LÉO GERVILLE-RÉACHE**. Docteur en statistiques HDR. Maître de conférences UFRSTAPS Université de Bordeaux. Méthodes simples et informatives pour le suivi de l'adaptation des athlètes aux contraintes de l'entraînement et de la compétition.

**11h55 - 12h05**

**Questions/réponses**

**12h05 - 13h15**

**Déjeuner buffet**

**13h15 - 14h15**

**SEBASTIAN WEBER**. Physiologiste entraîneur professionnel de cyclisme. Entraîneur de TONY MARTIN champion du monde. Contraintes comparées du cyclisme et de la natation. Quelles conséquences pour le développement des ressources métaboliques.

**14h15 - 14h25**

**Questions/réponses**

**14h25 - 15h05**

**EMMANUEL BRUNET**. responsable recherche & performance. Fédération de cyclisme. Hybridation des ressources humaines et technologiques pour s'adapter aux contraintes du cyclisme.

**15h05 - 15h15**

**Questions/réponses**

**15h15 - 15h55**

**LAURENT ARSAC**. Professeur. Université de Bordeaux/CNRS. Contraintes et dynamique de charge, stress et récupération. Marqueurs fréquentiels et entropie du contrôle autonome cardiaque pour optimiser les ressources de l'athlète.

**15h55 - 16h05**

**Questions/réponses**

**16h05 - 17h**

**Conférence de clôture**

**MIGUEL BENASAYAG**. Médecin, Philosophe, Psychanalyste. Contraintes du vivant et de la culture. Comment penser le développement des ressources de l'humain ?

**17h - 17h30**

**Echanges,  
clôture du colloque**

Une journée  
au CREPS  
de Bordeaux

**Le propre du vivant  
est de se constituer  
en construisant  
sa propre matière  
vivante.**

L'angiogenèse, la modification de la typologie musculaire, l'augmentation de la densité mitochondriale, le développement des cellules cérébrales et des connexions neuronales montrent ces transformations autopoïétiques des réponses biologiques et physiologiques aux contraintes répétées de l'entraînement sportif de haut niveau : les charges, les cycles, les séances, les exercices, les compétitions.

Ces adaptations des sportifs élités se réalisent aux frontières et au-delà des normes par « couplage, captation, transformation, assimilation » de matière, d'énergie et d'information. Ce couplage entre l'homme sportif et son contexte de vie et sa pratique questionne les sollicitations et stimulations contenues dans l'environnement sportif élit. Comment les cultures institutionnelles et les contextes de vie et de pratique des sportifs élités contraignent-ils les athlètes en modifiant leurs fonctionnements usuels ? Et dans le même temps, quelles sont les conditions pour que ces cultures et pratiques constituent pour les sportifs des ressources leur permettant de réaliser leurs projets ? L'une des réponses apportée par les cadres sportifs, entraîneurs et formateurs consiste à individualiser les contraintes proposées en tenant compte de la singularité des ressources des sportifs. Cette individualisation des contraintes est habituellement fondée sur l'appréciation quotidienne et à long terme des comportements des athlètes par les entraîneurs. L'individualisation trouve aussi un cadre théorique au travers d'études de cas aujourd'hui largement diffusées dans la littérature scientifique. Enfin elle se fonde de plus en plus sur l'évaluation outillée des ressources métaboliques, musculaires et cognitives des athlètes en situation, comme sur l'analyse technologique des techniques sportives. Cependant, mieux individualiser n'est-ce pas prendre en compte la nature fondamentalement située et émergente de l'activité de l'athlète ? Ce fondement conceptuel considère que l'activité de l'athlète consiste à définir ses propres situations en fonction de sa dynamique propre, en établissant des relations asymétriques fluctuantes au cours du temps, avec l'environnement et ses contraintes.

**Entre sciences  
et entraînement :  
Horizons Olympiques**

**Dans cette rencontre entre sportifs, entraîneurs,  
scientifiques et philosophe dans ce lieu historique  
du sport aquitain et français, les acteurs et intervenants  
pourront trouver de nouveaux souffles à leurs  
investissements professionnels.**