



9 conférences
le 1^{er} jeudi du mois

INSCRIPTION GRATUITE

Présentiel :
application des mesures
sanitaires en vigueur

Distanciel :
en visioconférence sur www.zoom.us
Réunion n° 682 401 4412

Maison Sport Santé 83
133 boulevard du Général Brosset, Toulon

04 94 46 01 92
contact@maisonsportsante83.fr
var.franceolympique.com

Conférences 2021-2022

le 1^{er} jeudi du mois

14 oct. **Activité physique et COVID.**

18 h Docteur Assi ASSI, infectiologue à la clinique du Cap d'Or et à la Clinique des fleurs, Toulon

4 nov. **Masse grasse, masse musculaire et performance sportive.**

18 h Olivier GAVARRY, Maître de conférences UFR STAPS Toulon et Enseignant-chercheur laboratoire IAPS

2 déc. **Comment et pourquoi s'étirer avant/après une activité physique, les erreurs à ne pas faire.**

18 h Carol CAPARROS, kinésithérapeute

6 jan. **Comment reprendre le sport après une longue inactivité.**

19 h Gaël GUENEC, préparateur physique et enseignant APA

3 fév. **Les crampes : les éviter, les soigner. *Visioconférence uniquement.***

18 h Docteur Alain TAGLANG, Médecin du sport, membre de la commission médicale de la FF de Tir à l'Arc

3 mars **Psycho et physio : comment se préparer à progresser sans dépasser les limites.**

18 h Laurence QUINTARD, psychologue

7 avril **Motiver les enfants et les adolescents à pratiquer une activité physique : pourquoi ? comment ? quelles limites ?**

18 h Marion CARAYOL, Maîtresse de conférences UFR STAPS Toulon et Enseignante-chercheuse laboratoire IAPS

5 mai **Pathologies respiratoires et activité physique : ne pas être à bout de souffle.**

18 h Docteur Mireille PADOVANI, pneumologue et docteur Frédéric LE GUILLOU, pneumologue et président de Santé Respiratoire France

2 juin **Activité physique et trouble du développement psy de l'enfant et l'adolescent.**

18 h Docteur Emmanuel DAMVILLE, psychiatre Hôpital Sainte-Musse, Toulon



Maison Sport Santé 83
133 boulevard du Général Brosset, Toulon
04 94 46 01 92
contact@maisonsportsante83.fr
var.franceolympique.com

