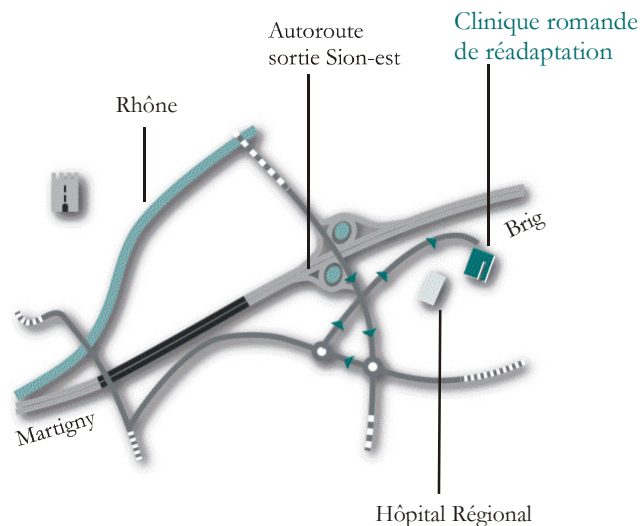


Plan accès



Frais et condition de participation

Fr. 100.-
Pour frais de cours et repas
Jeunes triathlètes dès 15 ans bienvenus

Montant payable le jour du cours

Informations

M. Manu Praz
Clinique romande de réadaptation
Case postale 352
Av. Grand-Champsec 90
1951 Sion

Téléphone : ++41 (0)27 603 24 80
Télécopie : ++41 (0)27 603 20 72
E-mail : manu.praz@crr-suva.ch

Clinique romande
de réadaptation

Atelier Triathlon

Samedi 17 mai 2003

Centre de conseils sport & santé
Clinique romande de réadaptation
Sion

Avec la collaboration exceptionnelle de :

Magali Di Marco
Médaillée olympique Sydney 2000
Sélectionnée pour Pékin 2008

suvaCare
Réadaptation globale

Bulletin d'inscription

Je suis intéressé(e) à participer à l'atelier Triathlon du 17 mai prochain

Nom et prénom : _____

Adresse exacte : _____

NPA et lieu : _____

Téléphone : _____

Adresse e-mail : _____

Les frais de participation comprennent les prestations suivantes :

- Frais de cours
- Formation pratique et théorique
- Repas de midi sans les boissons
- Documents de cours

Ce bulletin est à renvoyer jusqu'au vendredi 9 mai (au plus tard) à l'adresse située au dos du programme de la journée.

Inscription possible également par courrier électronique ou fax.

Ce cours s'adresse à des triathlètes (dès 15 ans), entraîneurs ou autres personnes intéressées par cette discipline.

Délai d'inscription : mardi 13 mai 2008

Finance de participation : CHF 100.-/personne

Avec le soutien de :



Vêtements et accessoires pour le triathlon

Programme de la journée

- 08 h 45 Accueil + organisation de la journée
- 09 h 00 Principes généraux de l'entraînement de triathlon
- Marc Montandon
Entraîneur dipl. Swiss Olympic
- 09 h 30 Le triathlon : de la théorie à la pratique (entraînement)
- Magali Di Marco Messmer
Triathlète professionnelle
- 10 h 00 - 10 h 15 Pause - préparation à la pratique (vestiaires)
- 10 h 15 Atelier pratique No 1 (course à pied)
- Magali Di Marco Messmer
 - Marc Montandon
 - Tanya Diem, championne suisse élite de triathlon 2007
- 11 h 30 Repas de midi au restaurant de la Clinique romande
- 13 h 00 Diagnostique de la performance - quoi de neuf ?
- Raphaël Faiss
Master en sciences du sport
- 13 h 30 Le triathlon : de la théorie à la pratique (nutrition—récupération)
- Magali Di Marco Messmer
Triathlète professionnelle
- 14 h 00 Atelier pratique No 2 (vélo - natation)
- Magali Di Marco Messmer
 - Marc Montandon
 - Tanya Diem
- 16 h 30 Clôture de la journée
- 17 h 00 Clôture du séminaire