

# 10e COLLOQUE SPORTS<sup>2</sup>

## *"Course à pied, de l'endurance à l'ultra-endurance"*

Samedi 8 octobre 2022

- 08 h 00 : Accueil  
08 h 25 : Introduction  
08 h 30 : Exigences physiologiques (T. BURY)  
08 h 50 : Vision de l'entraîneur (H. AIT ABBOU)  
09 h 10 : Encadrement médical :  
    Aspects cardio-pulmonaires (A. ANCIION)  
    Aspects locomoteurs (B. GODON)  
09 h 50 : Expérience personnelle (B. GODON)  
10 h 10 : Questions  
10 h 25 : Pause  
10 h 55 : Impact biologique (marqueurs cardiaques) (C. LE GOFF)  
11 h 15 : Données biomécaniques et technique de course (G. ABRAN)  
11 h 35 : Nutrition spécifique (S. PIETERS)  
11 h 55 : Approche prévention pour l'appareil locomoteur  
    (V. HUSTIN – M. VERVENNE)  
12 h 15 : Questions - réponses

Auditoire Bacq & Florkin | CHU de Liège  
Inscriptions en ligne obligatoires  
<https://colloque-trail-sports2.org>

Juin 2022