

Vendredi 9 février après- midi

Ouverture du colloque : 14h00

« **Retour sur 40 ans d'accompagnement de la préparation en altitude** » (Christian Bénézis, Président de Hérault Sport et ancien Président de l'association de médecine du sport et A.M. Agel, CREPS de Montpellier, responsable du Centre National d'Entraînement en Altitude)

« **Témoignage et entretien avec Rudy Gouy** » Professeur de sport à l'école militaire de haute montagne de Chamonix

« **Aspects éthiques et réglementaires de l'entraînement sous hypoxie** » (J Manetta, Chargé de mission lutte contre le dopage)

Pause 16h50-17h10

« **Exposition à l'hypoxie: sujets bons et mauvais répondeurs** » (R. Mounier, Laboratoire interuniversitaire de biologie des activités sportives, Faculté de Médecine, Clermont-Ferrand)

« **Paradoxe des adaptations métaboliques en altitude** » (G.Py, Maître de Conférences, UFR STAPS, Université Montpellier I)

« **Temps de présentation et d'échange avec les sociétés partenaires** »

*Apéritif et Repas au CREPS :
à partir de 19h30*

Samedi 10 février matin

Début des interventions: 9h00

« **Vivre et s'entraîner en altitude moyenne – Comparaison avec les méthodes artificielles hypoxiques** » (Grégoire Millet, physiologiste à ASPIR sport excellence institute, Maître de conférences, UFR STAPS Université Montpellier 1)

« **Expériences multiples de préparation en Altitude, le point de vue d'un entraîneur** » (Richard Descoux, Ancien DTN et Entraîneur de la fédération française d'athlétisme)

Pause 10h20-10h40

« **Enjeux de l'entraînement de type "vivre en haut – s'entraîner en bas" l'exemple de l'étude multicentrique de Prémanon** » (J.P. Richalet, Professeur, Laboratoire réponses cellulaires et fonctionnelles à l'hypoxie, Université Paris 13)

« **La méthode "vivre en haut – s'entraîner en bas" améliore-t-elle la performance en endurance ?** » (Paul Robach, Professeur à l'Ecole Nationale de Ski et d'Alpinisme)

*Repas au CREPS :
à partir de 12h15*

Samedi 10 février après- midi

Début des interventions: 13h00

« **Témoignage vidéo de Paula Radcliffe** » détentrice du record du monde du marathon.

« **Témoignage et entretien avec Daniel Hardelin** », en charge du suivi médical sur un site de préparation en altitude

« **Le sommeil des sportifs en altitude, et ses troubles** » (Hubert Bourdin, Praticien Hospitalier, Exploration du sommeil et de l'effort, Centre Hospitalier Universitaire, Besançon)

« **Incidence de l'altitude sur la physiologie digestive et le statut nutritionnel** » J.D Rouillon, Professeur des Universités, Médecin du Sport.

« **Variabilité de la fréquence cardiaque : un index pour l'individualisation de l'entraînement en altitude** (Laurent Schmitt, Professeur à l'école nationale de ski de fond, Prémanon)

*Clôture du colloque:
16h00*

*N.B.: ce programme (horaires et interventions) est
communiqué à titre indicatif*