

RELAY RACE WARM UP

Tuesday 16 April 2013 - Tuesday 16 April 2013

CERN

Scientific Programme

<div style="text-align: center;">

La préparation physique avant une saison ou une compétition sportive

</div>

<u>Intervenants </u>:

Rachel Bray, présidente du Fitness Club du CERN

Olivier Baldacchino, coach professionnel en course à pied et coach au CERN Running Club, qui donnera des conseils pour bien se préparer pour la course à pied, et notamment pour la course de relais du CERN

Jean-Yves Le Meur, membre de l'équipe de France de ski handisport qui fera une présentation sur la « Préparation pour des compétitions internationales : l'exemple du ski assis »