

Colloque

Vers un entraînement efficace

Louvain-la-Neuve, 11 septembre 2010

Programme provisoire

- 8h30 : Accueil – café
- 9h00 : Introduction par Monsieur André Antoine, Ministre des Sport de la Communauté française de Belgique (à confirmer)
- 9h15 : « *Comment l'entraînement peut-il influencer la synthèse des protéines* » par M. Francaux (Université catholique de Louvain)
- 9h30 : « *Les entraînements à jeun et en hypoxie sont-ils efficaces ?* » par P. Hespel (KULeuven)
- 10h15 : Pause – café
- 10h45 : « *Rôle des acides aminés dans l'entraînement de musculation et dans la récupération* » par L. Deldicque (Université catholique de Louvain)
- 11h15 : « *Comment combiner des entraînements d'endurance et de musculation* » par M. Francaux (Université catholique de Louvain)
- 11h45 : Table ronde animée par J. Duchateau (Université Libre de Bruxelles)
- 12h30 : Réception

Adresse du jour : Faculté des Sciences de la Motricité (FSM)
Place Pierre de Coubertin 1
B-1348 Louvain-la-Neuve

Namur

E411 => sortie 8a
Au O, direction Wavre
Au 2^{ème} O, à gauche
Au 2^{ème} O, à gauche
Au T, à gauche, Parking à 200m

Bruxelles

E411 => sortie 8
Direction LLN
Au 1^{er} O, à droite
Au 2^{ème} O, à gauche
Au T, à gauche, Parking à 200m

Nivelles

N25 => sortie Ottignies, Wavre
Sortie Hocaille => direction Hocaille
1^{er} O, à droite
Au T, à gauche, Parking à 200m

