

Un evento para profesionales y estudiantes que desean beneficiarse de una síntesis de los últimos conocimientos sobre optimización del rendimiento deportivo y actividad física para la salud.

LUGAR DEL ENCUENTRO

Anfiteatro del STAPS
11 rue Morane Saulnier
65000 TARBES - Francia

CONTACTO

julien.bois@univ-pau.fr



Universidad
Zaragoza

Un événement pour les professionnels et les étudiants qui souhaitent bénéficier d'une synthèse des dernières connaissances en matière d'optimisation de la performance sportive et d'activité physique pour la santé.

LIEU DE LA RENCONTRE

Amphithéâtre du STAPS
11 rue Morane Saulnier
65000 TARBES

CONTACT

julien.bois@univ-pau.fr



COLLÈGE SSH
SCIENCES SOCIALES
ET HUMANITÉS



Universidad
Zaragoza



Máster en Evaluación
y Entrenamiento Físico
para la Salud

Master STAPS
Expert en Préparation Physique
et Mentale et Optimisation
de la Performance



5 mars 2020 - TARBES
RENCONTRES
du double diplôme de master
en activité physique et sportive

SYMPOSIUM GRATUIT ET OUVERT AU PUBLIC

5 de marzo de 2020 - TARBES
ENCUENTROS
del doble diploma de máster
en actividad física y deporte

SIMPOSIO GRATUITO ABIERTO AL PÚBLICO



4 & 5 mars 2020

RENCONTRES

du double diplôme de master en activité physique et sportive

TARBES

Programme :

4 Mars 2020 :

Journée de travail entre les étudiants français et espagnols

5 mars 2020 :

Symposium gratuit ouvert au public

■ 8h30
1^{ère} session de communications

■ 10h30
Pause café

■ 11h00
2^{ème} session de communications

■ 13h30
Fin du symposium

■ 15h00 / 15h30
Départ de la délégation espagnole pour Huesca

Contexte :

Depuis 2015, l'Université de Pau et des Pays de l'Adour (STAPS, campus de Tarbes) et l'Université de Saragosse (Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, campus de Huesca) partagent un double diplôme de Master en sciences du sport et de l'activité physique. Afin de favoriser les échanges, un projet impliquant l'ensemble des étudiants des deux promotions a été organisé cette année.

Descriptif de l'action :

Des groupes d'étudiants français et espagnols ont été constitués. Chaque groupe est chargé d'effectuer une synthèse des dernières connaissances en matière d'optimisation de la performance sportive ou d'activité physique pour la santé. Le point d'orgue de ce projet sera un symposium où chaque groupe présentera en 15 minutes les résultats de son travail avant de participer à un temps d'échange avec la salle. Ce symposium sera organisé le 5 mars 2020 à l'amphithéâtre du STAPS.

Public :

Étudiants STAPS, professionnels du sport, de l'activité physique et de la santé... Une traduction simultanée sera proposée afin de faciliter la compréhension des deux langues (français et espagnol) qui seront utilisées pour la présentation.

Thèmes traités lors des présentations :

Sport et attention, imagerie mentale, méditation de pleine conscience, développement de la puissance musculaire, entraînement intermittent, entraînement de la proprioception, intérêt de la supplémentation en leucine.

4 & 5 de marzo de 2020

ENCUENTROS

del doble diploma de máster en actividad física y deporte

TARBES

Programme :

4 Mars 2020 :

Jornada de trabajo entre estudiantes franceses y españoles

5 de marzo de 2020 :

Simposio gratuito abierto al público

■ 8h30
1^{era} sesión de comunicaciones

■ 10h30
Café descanso

■ 11h00
2^{nda} sesión de comunicaciones

■ 13h30
Fin del simposio

■ 15h00 / 15h30
Salida de la delegación española para Huesca

Contexto:

Desde 2015, la UPPA (STAPS, campus de Tarbes) y la UNIZAR (Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, campus de Huesca) comparten un doble diploma de máster en Ciencias del Deporte y la Actividad Física. Para fomentar los intercambios, este año se ha organizado un proyecto que involucra a todos los estudiantes de ambas titulaciones.

Descriptivo de la acción:

Se han formado grupos de estudiantes franceses y españoles. Cada grupo se encarga de realizar una síntesis de los últimos conocimientos en el campo de la optimización del rendimiento deportivo o la actividad física para la salud. La culminación de este proyecto será un simposio en el que cada grupo presentará los resultados de su trabajo en 15 minutos antes de participar en un tiempo de intercambio con la audiencia. Este simposio se organizará el 5 de marzo de 2020 en el anfiteatro del STAPS.

Público:

Estudiantes del STAPS, profesionales del deporte, de la actividad física y de la salud... Se proporcionará traducción simultánea para facilitar la comprensión de ambos idiomas (francés y español) que se utilizará a lo largo de la presentación.

Temas tratados en las presentaciones:

Deporte y atención, imaginación mental, meditación de atención plena, desarrollo de la fuerza muscular, entrenamiento intermitente, entrenamiento propioceptivo, interés de la suplementación con leucina.