

# Rencontres du double diplôme de master :

## Performance, activité physique, santé

### *Amphithéâtre du STAPS - Tarbes*

Du 3 mars 2020 au 4 mars 2020



**Le département STAPS en partenariat avec l'Université de Saragosse organise les rencontres du double diplôme de Master. Il s'agit d'un symposium ouvert aux professionnels et aux 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.**

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.

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 est le symposium où chaque groupe présente en quinze minutes les résultats de son travail avant de participer à un temps d'échange avec la salle.

## 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.

## Le public

Le symposium est gratuit et ouvert à tous. Il concerne également les 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.

⬇ Programme complet

Contact :  Julien Bois

