COLLOQUE DES ENTRAINEURS LIFA

Lundi 22 avril 2013 au ROWING CLUB (93)

PROGRAMME

9h30: Café d'accueil

10-12h: **Christine GOSSE:**
"entraîner des hommes et des femmes : quelles différences ?"

12h30-13h30: Buffet froid

14-16h: **Hugo MACIEJEWSKI:**
Intérêt du programme d'entraînement d'après la science

Utilisation de la fréquence cardiaque pour contrôler l'entraînement

Fédération Française des Sociétés d'Aviron
ligue d'ile de france d'aviron
L.I.F.A.

Inscriptions avant le 17/04/2013:
contact@aviron-iledefrance.org