

Samedi 18 mars 2017 - LYON

EFICIENCIA, organisme de formation dans les domaines du sport et de la santé, organise une formation avec pour thématique: **COMMENT UTILISER L'ELECTROSTIMULATION POUR LES DIFFÉRENTES QUALITÉS PHYSIQUES ?**

INTERVENANTS

M. Didier REISS : Préparateur physique reconnu dans son domaine. Dix sept années de pratique professionnelle. Ancien compétiteur, enseignant fédéral dans les sports de combat, sa pratique personnelle est devenue un métier. Diplômé universitaire et d'Etat, il est également co-auteur de l'ouvrage le plus vendu actuellement sur la préparation physique (640 pages) et d'autres ouvrages. Spécialisé depuis 7 ans dans le football, il a pu suivre des jeunes footballeurs devenus internationaux depuis.

Formateur et co-fondateur d'école, il s'est imposé d'être le plus à jour possible dans son activité.

M. Olivier ALLAIN : Préparateur physique spécialisé notamment dans le rugby, il est issu du cursus STAPS (licence « Entraînement Sportif » de l'Université Paris 5) et diplômé du Master 2 « Préparation physique, Mentale et Réathlétisation » de Lyon. Il est également l'auteur de plusieurs publications sur la préparation physique.

Avec la participation exceptionnelle de Pierre DEBRAUX et d'Aneliya MANOLOVA fondateurs du site Sci-Sport.com.

NB : Vous souhaitez en profiter pour faire une **commande d'élastiques Sci-Sport** récupérable le jour de la formation. C'est possible à condition que la réservation se fasse impérativement avant le 11 mars 2017 auprès de sci-sport.com.

OBJECTIFS DE L'ENSEIGNEMENT

Aspects théoriques :

- **Rappel général concernant les mécanismes physiologiques induits par l'électrostimulation (ES).**
- **Approfondissement des connaissances sur l'intérêt de l'ES dans la préparation physique et la récupération.**

Aspects pratiques :

- **Savoir utiliser l'électrostimulateur et placer les électrodes selon les zones ciblées et les effets recherchés.**
- **Nombreuses mises en situation en binôme.**

L'ensemble du matériel nous sera prêté par la marque Compex®. Nous travaillerons également avec les élastiques Sci-Sport. **Si vous êtes déjà équipé d'un appareil d'électrostimulation et que vous souhaitez venir avec, merci de nous le préciser dans le bulletin ci-dessous (page 2).**

Informations pratiques

Coût de l'enseignement : 150 euros

Horaires : samedi 18 mars 2017 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30 (7h)

Lieu de la formation : Lyon (en attente de l'adresse précise)

Date limite d'inscription : 11 mars 2017

Nombre de participants : 20 personnes maxi (la formation sera annulée en dessous de 12). **En cas d'annulation, seule la formation sera remboursée. Les frais de transport et d'hébergement seront à la charge des participants.**

Inscription : Renvoyer le bulletin de participation ci-dessous accompagné de votre règlement à : EFICIENCIA - 19 rue Aimé Levet, 74000 Annecy - Tél. 06.32.15.42.06 - Mail. olivier.allain@gmx.com

FORMATION : L'ELECTROSTIMULATION

Samedi 18 mars 2017 - LYON

Bulletin d'inscription

Nom..... Prénom.....

Profession.....

Adresse.....

.....

Email..... Tél.....

Merci de m'inscrire à la formation « Comment utiliser l'électrostimulation pour les différentes qualités physiques » qui aura lieu à Lyon le 18 mars 2017.

- Ci-joint Chèque de euros (ordre EFICIENCIA Formation).

Possibilité de faire plusieurs chèques (mettre date d'encaissement au dos)

Date et signature :

Renseignements importants : (merci de répondre)

Possédez-vous un appareil d'électrostimulation ? Oui Non

Si oui, viendrez-vous avec le jour de la formation ? Oui Non

Quelles sont vos attentes concernant la formation ?

.....

.....

.....

.....