



La Ligue d'Alsace de Triathlon vous propose une conférence sur le thème de la :

PRATIQUE COMPETITIVE D'UN SPORT D'ENDURANCE CHEZ LES VETERANS

Vendredi 26 novembre 2010 à 20h00

Maison des Sports de Strasbourg – 4 rue J. Mentelin



Cette soirée a pour but d'éclairer tous les sportifs curieux dans leurs pratiques d'endurance et abordera ces différents sujets :

- Evolutions du corps humain avec l'âge
- Bienfaits d'un exercice physique régulier après 40 ans
- Conseils d'entraînement et prévention
- Poursuivre la compétition avec le sourire

Après ces différents exposés, une large part sera prévue pour répondre aux questions de l'assemblée.

Ouvert à tous - Entrée libre

Avec :

- DOUTRELEAU Stéphane : Médecin Service Explorations Fonctionnelles Strasbourg
- CURZOLA Anne : Médecin sur plusieurs organisations sportives
- GAST Jean Claude : Entraîneur triathlon et athlétisme
- GROSS Marie Reine : (Tri)athlète depuis + 20 ans (du GP D1 au L.D. trails etc ...)
- ROTH Bernard : Multiples aventures sportives entre 60 et 73 ans



Pour plus d'informations : GERBER Antoine alsacetriathlon@gmail.com / 06-60-13-69-32