



COLLOQUE MASTER

Châtenay-Malabry

18 novembre 2023

De senior à master, la progression est possible.

Les points clefs pour continuer à progresser en demi-fond.



avec la participation de

MICHEL DISCH

Programme

9h : Accueil des participants et ouverture du colloque

9h30 : L'entraînement et la recherche de performance lors de la transition senior à master
par Michel Disch - entraîneur expert demi-fond et running

11h30 : Questions - réponses

12h : Repas

14h : Etude sur l'évolution des performances masters
Les compétitions masters
par Colette Ruineau - Présidente de la Commission Nationale Masters (CNAM)

15h : François-René Favier et Michael Simon, témoignages d'athlètes

16h30 : Table ronde et synthèse du colloque

INSCRIPTION 30€

LE COMPTE CLUB SERA DEBITÉ D'UNE SOMME DE 30 EUROS PAR LICENCIÉ INSCRIT.

LE CAFÉ D'ACCUEIL ET LE REPAS DU MIDI SONT INCLUS DANS LE COÛT DU COLLOQUE.

INSCRIPTION SUR LIFA-ATHLE.FR