

Rappel : Conférence de comment s'alimenter pour préparer un Marathon

Les Cambegouilles organise une Conférence de comment s'alimenter pour préparer un Marathon le vendredi 24 mai 2019 à 19 H 30, avec Docteur Virgile Lecoultre.

Le nombre de place étant limité, merci de vous inscrire jusqu'au 30 avril 2019 :

- Via le doodle
- WhatsApp à Anna Lucibello (078/677.18.85).

À la Maison de St-Jean-Cour (Av. de Cour 138 – 1007 Lausanne)

CONFERENCIER : VIRGILE LECOULTRE

Docteur en Physiologie Licence en sciences de sport

- Titre de spécialiste et formations complémentaires
- Doctorat en physiologie humaine
- Licence en Sciences du Sport, mention Entraînement et performance
- Certificat d'études avancées (CAS) en nutrition humaine
- Certificat d'études avancées (CAS) en recherche clinique

Autres activités

- Entraîneur et consultant scientifique pour une équipe de cyclisme sur route de niveau professionnel
- Entraîneur d'athlètes d'endurance amateurs et professionnels
- Chargé de cours en nutrition humaine, Université de Lausanne
- Chargé de cours dans diverses formations académiques pré et post-graduées

- Conférencier

Cette conférence interactive, vous permettra certainement de découvrir quoi manger et boire avant, pendant et après l'effort et ainsi, éviter les carences que tous les sportifs peuvent rencontrer.