



INSEP LE MAG

INSEP LE MAG N°36 - NOVEMBRE/DÉCEMBRE 2019

1 DOCUMENT - Publié le 6 janvier 2020



INSEP LE MAG N°36 - NOVEMBRE/DÉCEMBRE 2019
PDF-5.19 Mo

 TÉLÉCHARGER

 FEUILLETER

Le magazine officiel de l'INSEP met en lumière l'ensemble des savoir-faire qui s'exercent au sein de l'Institut avec pour objectif principal l'accompagnement, dans toutes ses composantes, des sportifs de haut niveau et des cadres qui les entourent.

SOMMAIRE

- > **À LA UNE** : [L'INSEP, à l'heure du Big Data](#)
- > **POLITIQUE SPORTIVE** : [Une agence au service de la performance et du développement](#)
- > **ESPOIRS OLYMPIQUES** : [Sam Avezou en pleine ascension](#)
- > **4 QUESTIONS À** : [Claudia Tagbo](#)
- > **SCIENCES ET SPORT** : [À l'INSEP, les gestes des sportifs peuvent désormais être cartographiés et optimisés](#)

URL de la page : <https://www.insep.fr/fr/publications/insep-le-mag-ndeg36-novembredecembre-2019>

> **ENTRAINEMENT** : Bien et mieux dormir pour performer, les clés d'un sommeil adapté pour les sportifs de haut niveau