



INSEP LE MAG

INSEP LE MAG N°42 JANVIER/FEVRIER 2021

1 DOCUMENT - Publié le 4 mars 2021



INSEP LE MAG N°42 JANVIER/FEVRIER 2021
PDF-4.07 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** : [Yoga, méditation, optimisation du geste... en sport de haut niveau, le travail de corps et d'esprit porte ses fruits](#)
- > **RENCONTRES** : [Benjamin Brossier](#)
- > **ESPOIRS OLYMPIQUES** : [Ugo Fleurot \(pentathlon moderne\)](#)
- > **4 QUESTIONS À** : [Thomas Pesquet](#)
- > **SCIENCES ET SPORT** : [Quand le corps sait faire mais que la tête ne suit plus](#)

URL de la page : <https://www.insep.fr/fr/publications/insep-le-mag-ndeg42-janvierfevrier-2021>

- > **ENTRAINEMENT** : Pour un entraîneur, faire passer son message, c'est aussi du sport!
- > **PARTENAIRES** : L'INSEP rejoint la chaire de l'ESSEC