



INSEP LE MAG

## INSEP le mag N°36

---

*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.*

Publié le 6 janvier 2020

### 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](#)
- > **ENTRAÎNEMENT :** [Bien et mieux dormir pour performer, les clés d'un sommeil adapté pour les sportifs de haut niveau](#)



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



INSEP LE MAG

**INSEP LE MAG N°36 - NOVEMBRE/DÉCEMBRE 2019**



PDF - 5.19 Mo

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