



© Iconsport

ENTRAÎNEMENT ET SPORT

Reprise de l'entraînement à l'INSEP

Depuis le lundi 11 mai, les athlètes des équipes de France ont repris le chemin de l'INSEP et retrouvent progressivement leurs routines dans le respect des contraintes sanitaires de circonstance.

Publié le 11 mai 2020

Les Fédérations de judo, de tennis de table, d'haltérophilie et de gymnastique (trampoline) ont été les premières à réintégrer les lieux pour des bilans médicaux de leurs sportifs de haut niveau, avant des sessions de préparation physique. D'autres leur emboîteront progressivement le pas dans les jours et semaines à venir.

Si le terme de reprise se justifie concernant l'entraînement des athlètes sur le site, il faut néanmoins souligner que les équipes de l'INSEP sont restées mobilisées et ont poursuivi l'accompagnement des athlètes à distance, de manière individualisée et adaptée à leur environnement. Elles ont également continué à entretenir les installations pour permettre un retour dans les meilleures conditions.

L'une des priorités de l'INSEP pendant cette période a en effet été de permettre aux athlètes et à leur encadrement de reprendre leurs entraînements, tout en préservant leur santé.

UN ACCOMPAGNEMENT « SUR-MESURE », VÉRITABLE ADN DE NOTRE ÉTABLISSEMENT.

L'INSEP n'a eu de cesse de s'adapter à cette situation extraordinaire pour pouvoir répondre aux besoins spécifiques de chaque fédération.

L'objectif premier a été de reposer, de manière collaborative, les bases de l'accompagnement que l'Institut prodigue aux

URL de la page : <https://www.insep.fr/fr/actualites/reprise-de-lentrainement-linsep>

athlètes et aux fédérations et d'aménager les services mis à leur disposition.

Pour permettre la reprise de l'entraînement dans des conditions conformes aux consignes gouvernementales et recommandations ministérielles le 18 mai, des mesures incontournables ont été prises par l'INSEP :

- > distanciation physique
- > port du masque obligatoire dès l'entrée sur site
- > gel hydro-alcoolique disponible sur l'ensemble du site
- > équipements des athlètes et de l'ensemble des équipes de masques lavables et réutilisables
- > nettoyages très réguliers des équipements avant et après chaque entraînement par les athlètes eux-mêmes et les agents d'entretien.

Le site de l'INSEP a donc pu progressivement reprendre une activité plus « habituelle » avec la réouverture depuis le 25 mai de la restauration (dans le strict respect des protocoles sanitaires). En fonction des besoins des fédérations et à la condition d'héberger une seule personne par chambre, les internats ont également à nouveau été rendus accessibles.



Doucement mais sûrement !

Une ère nouvelle débute donc pour l'INSEP et ses athlètes. Nul doute que cette période inédite aura rendu l'ensemble des acteurs de la haute performance plus forts et plus motivés que jamais pour atteindre les objectifs de performance fixés en vue des échéances de Tokyo 2021 et Paris 2024 !