

# Office Municipal des Sports



## CONFERENCE

L'Office Municipal des Sports de Bourg-en-Bresse organise une soirée conférence débat sur le thème

### "OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE"

Animée,  
par Dr Christine POULARD  
Médecin du Sport  
Hôpital Edouard Herriot-Service Médecine du sport, à Lyon  
Centre Hospitalier Fleyriat à Bourg-en-Bresse  
Médecin du Comité d'Athlétisme du Rhône

☞ **Le lundi 11 février 2013 à 19h30**  
**ancienne maison des syndicats**  
**salle 023**  
**allée des Brotteaux**  
**01000 BOURG-en-BRESSE**

#### Principaux thèmes abordés :

- 1-Hygiène de vie et diététique pré et post compétition
- 2-Préparation et récupération de l'appareil locomoteur

Pour la bonne organisation de cette soirée, nous vous demandons de nous retourner impérativement le coupon-réponse ci-joint, **avant le 02 février 2013**

Nous comptons sur votre promptitude pour vos inscriptions.

Dans cette attente et en espérant votre amicale présence, nous vous prions de recevoir, Mesdames et Messieurs, nos salutations sportives les meilleures.

Les membres de la Commission Formation



A noter sur vos agendas, le 1<sup>er</sup> Septembre 2013, 2<sup>ème</sup> Edition des Estivales du Sport à Bouvent