

ESPACE PERFORMANCE ET RECUPERATION

Championnat de France des Jeunes- Golf National

27 Juillet au 31 Juillet 2014

Après le succès grandissant des précédentes éditions, la Fédération Française de Golf organise de nouveau un Espace « Performance & Récupération » au Golf National lors du Championnat de France des jeunes. L'occasion pour le médecin, les kinésithérapeutes et les préparateurs physiques de la Fédération d'aller à la rencontre des joueurs et joueuses au sein même des compétitions.

Cet espace s'inscrit dans la continuité des espaces organisés cette année sur différents Mérites Inter Régionaux. Il permettra aux joueurs(ses), aux entraîneurs et aux accompagnants de découvrir et d'échanger sur les différents outils liés à la performance :

- ✓ Les échauffements,
- ✓ La récupération,
- ✓ La préparation physique.

L'Espace « Performance & Récupération » donne aux joueurs (ses), pendant deux jours lors du Championnat de France des Jeunes :

- ✓ La possibilité de s'échauffer le matin avec les préparateurs physiques ou en autonomie. Ils auront à disposition un espace et le petit matériel nécessaire pour les réveils musculaires.
- ✓ Autour du kinésithérapeute national fédéral et des kinésithérapeutes de l'AFKG, la possibilité d'avoir des soins de récupération (massages, ostéopathie,...) après les parcours.
- ✓ Accès à un espace dédié à la récupération veineuse avec l'utilisation des VEINOPLUS, très appréciés par les athlètes.
- ✓ Autour de cet espace, la possibilité aux joueurs(ses) et aux entraîneurs d'échanger avec le kinésithérapeute fédéral national, sur l'approche et l'intérêt de la Biomécanique appliquée au Golf et son impact sur la récupération
- ✓ Cette année dans les nouveautés, un bain froid de récupération sera mis en place dans l'espace.

Mais l'Espace « Performance & Récupération » est avant tout un lieu d'échange et de convivialité **ouvert à toutes et à tous, entraîneurs, joueurs(ses) et accompagnants.**

Cet Espace est **gratuit pour tous** et sera accessible par tous sur certains créneaux horaires (voir avec l'organisation sur place).

Ayant connu un franc succès lors des éditions précédentes, nous espérons vous retrouver nombreux lors de ces cinq jours

Intervenants sur cette opération

- ✓ *Mathias WILLAME, kinésithérapeute fédéral National*
- ✓ *Bernard PINÉAU, kinésithérapeute de l'Equipe de France Girls*
- ✓ *Delphine CHOTIN, kinésithérapeute de la Ligue d'Aquitaine*
- ✓ *Bastien MELANI, préparateur physique des Pôles France Messieurs et Boys*
- ✓ *Thomas BREGEON, préparateur physique du Pôle France Girls*
- ✓ *Philippe VIGNON, kinésithérapeute de la Ligue de Paris*
- ✓ *Marc PUJO et son équipe, kinésithérapeute à l'Opéra de Paris et Fondateur de l'Ecole de Récup*
- ✓ *Michael BETTAN, podologues ANPS*
- ✓ *Remi BELLINA, kinésithérapeute AFKG*

ESPACE PERFORMANCE ET RECUPERATION
Championnat de France des Jeunes- Golf National

27 Juillet au 31 Juillet 2014

Programme (gratuit et ouvert à tous)

		dimanche 27 Juillet à partir de 14h00	Lundi 28 Juillet à partir de 8h00	Mardi 29 Juillet à partir de 8h00	Mercredi 30 juillet à partir de 8h00	jeudi 31 juillet à partir de 8h00		
MATIN	APRES MIDI	FERME	<p style="text-align: center;">Ouverture de l'espace une heure avant le premier départ :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eveil musculaire et échauffement avec un préparateur physique (au practice et/ou salle Open de France) - Possibilité de soin avec les kinésithérapeutes de la Fédération Française de Golf (Salle Open de France) - Rencontres libres <p style="text-align: center;">Dès retour des premiers joueurs qui pourront bénéficier :</p> <ul style="list-style-type: none"> - de soins de récupération (Salle Open de France) <ul style="list-style-type: none"> - Bain de récupération d'eau froide 					

Les Partenaires

