

**Direction des sports, de la jeunesse
de la coopération décentralisée et des associations**

Pôle Départemental de Médecine du Sport

ÉVRY, le 10 NOV. 2012

Madame, Monsieur,

Dans le cadre de sa politique sportive départementale, le Conseil général de l'Essonne organise des conférences, au cours desquelles le Docteur Jean ISRAËL, Directeur du Pôle Départemental de Médecine du Sport situé au Centre National de Rugby de Marcoussis, ainsi que d'autres intervenants, présentent différents thèmes liés à la médecine du sport.

Ces conférences sont plus particulièrement destinées aux entraîneurs, éducateurs et sportifs essonniers.

Monsieur Jérôme GUEDJ, Député, Président du Conseil général de l'Essonne et Monsieur Michel POUZOL, Député, Conseiller général délégué chargé du sport, ont le plaisir de vous inviter à la conférence qui se tiendra le jeudi 29 novembre 2012, à 20 h 00, au stade Robert Bobin de Bondoufle, en salle de conférence, sur le thème :

« NUTRITION ET PERFORMANCE »

- **Les besoins en terme :**
 - ✓ d'hydratation de macro nutriments
 - ✓ d'hydratation de micro nutriments
- **Spécificité de disciplines (d'endurance et de force)**
- **Gestion nutritionnelle de l'effort :**
 - ✓ Avant
 - ✓ Pendant
 - ✓ Après

Cette conférence sera animée par : Eve TIOLLIER - Nutritionniste au Pôle Départemental de Médecine du Sport.

Le courrier doit être adressé
à Monsieur le Président
du Conseil général

Hôtel du Département
Boulevard de France
91012 Évry cedex

« L'Essonne, j'y tiens ! »

Tél. : 01 60 91 91 91
Fax : 01 60 91 91 77

Affaire suivie par : Blandine BÉDORA - DSJCA/PDMS - Tél. : 01 60 91 16 91

Nous vous remercions de bien vouloir confirmer votre présence par mail, à conference-pdms@cg91.fr, dans les meilleurs délais, et de bien vouloir faire circuler cette information auprès des éducateurs et des sportifs de votre club.

En espérant vous voir nombreux,

Je vous prie de croire, Madame, Monsieur, en l'assurance de mes salutations distinguées.

PJ : une invitation

Pour le Président et par délégation,
Le Directeur des sports, de la jeunesse,
de la coopération et des associations,



Dominique LEBRETON