

### **Sportifs**

Avoir un état précis et objectif de votre potentiel du moment et la sécurité de pouvoir vous impliquer pleinement dans votre pratique.

### **Entraîneurs**

Au delà du certificat de non contre indication, un véritable "check-up" scientifique pour limiter les perturbations de votre calendrier d'entraînement (blessures, état de fatigue, contre performance...)

### **Dirigeants**

Vous misez, vous investissez en temps et en argent pour la réussite de vos adhérents. Prenez vos précautions en leur offrant un bilan de haut niveau !



#### **INFORMATIONS**

**Ivan Prothoy**  
Médecin du sport  
Tél : 04 92 40 15 46

**Marc Eyraud**  
Psychologue du sport  
Tél : 06 83 84 82 74

**Marylène Montier**  
Diététicienne D.E. - Nutritionniste  
Tél : 06 10 23 10 54

**Patrice Ouvrier Buffet**  
Préparateur physique  
Tél : 06 22 91 74 78

**Polyclinique des Alpes**  
3 -5 rue Coronat  
05000 Gap

**Prise de rendez vous :**  
Tél : 04 92 40 15 46

**Prix du bilan complet : 130 €**  
Il existe la possibilité de rencontrer chacun des intervenants en rendez-vous individuels.



**Performance Sport Santé**

## **Bilan Sport Santé**



**Permettez à votre potentiel de s'exprimer !**

# DÉROULEMENT DU BILAN SPORT SANTÉ

## Questionnaires de dépistage

> diététique, psychologique, surentraînement, médical.

## Visite avec un médecin du sport expérimenté dans le domaine du haut niveau

> bilan biométrique, ECG, exploration pulmonaire, examen médical et orthopédique complet, hygiène de vie, bilan de souplesse, détection de troubles ostéopathiques ou posturaux.

## Visite avec une diététicienne du sport

> repérer les grandes erreurs nutritionnelles en rapport avec le sport considéré.



Synthèse remise au sportif dévoilant les points forts et les points à améliorer. Possibilité de délivrance du certificat de non contre indication.

## Visite avec un psychologue du sport

> Détecter les facteurs personnels de vulnérabilité ou de protection ; Prévenir des difficultés psychologiques liées à l'activité sportive : stress, dopage, comportement à risques, blessures...

## Visite avec un préparateur physique

> pratique de tests physiques ciblés en fonction de la discipline pratiquée, puis interprétation avec le sportif, analyse succincte de la planification de l'entraînement.



\*en option : pour les sportifs sur liste, possibilité de fixer sur place le même jour un rendez vous d'échographie cardiaque réalisé par un cardiologue du sport (examen obligatoire). Dr Velon ou Dr Fournier : Cardiologues du sport.