



SCIENCE ET EXPERTISE AU SERVICE DE LA PRATIQUE

13 - 14 OCTOBRE 2023

LYON, FRANCE

LE CONGRÈS

Combien de thérapeutes adeptes de science manquent comme vous de temps pour rester à jour face à l'évolution rapide des connaissances ?

Le tout premier congrès de La Clinique Du Coureur vous offre une occasion en or de bonifier vos compétences cliniques dans le contexte convivial de la capitale mondiale de la gastronomie !

Au programme : deux journées d'échange et de débat avec des sommités internationales en médecine du sport, aux côtés de centaines de thérapeutes qui vous ressemblent.

Vous en ressortirez mieux outillés que jamais pour accompagner votre patientèle vers de nouveaux sommets, sur la voie de la santé et de la performance.

CONTENU

- 16** speakers du monde entier
- 2** keynotes inédits en France
- 14** conférences plénières de 45'
- 14** workshops de 1h30 en petit groupe

EXPÉRIENCE

- 400** personnes attendues
- 100** places pour le Gala en croisière sur le Rhône
- 1** Fun Run pour une expérience sportive hors du commun
- 1** concours d'infographies pour présenter votre travail

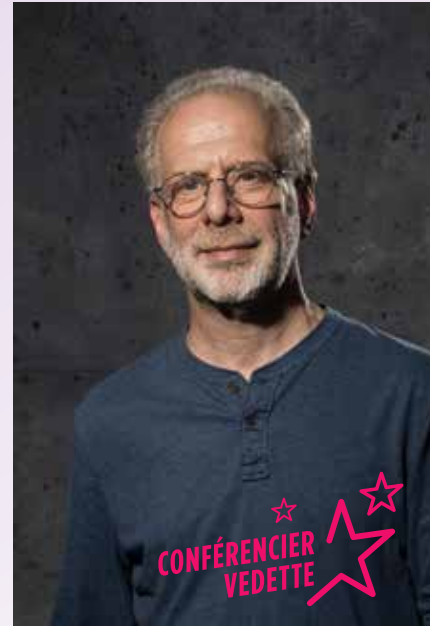
SERVICES

- Repas du midi inclus les 2 jours
- Traduction en français au casque dans la salle principale
- Traduction en français en direct dans les workshops
- Pausés café et viennoiseries matin et après-midi



JANE THORNTON

Jane Thornton est une clinicienne-chercheure spécialisée dans la santé à long terme des athlètes, la santé des athlètes féminines et l'activité physique dans la prévention et le traitement des maladies chroniques. Elle est médecin du sport et professeure adjointe au département de médecine familiale de la University of Western Ontario. Elle est aussi éditrice du prestigieux British Journal of Sports Medicine (BJSM), et championne du monde (2006) et olympienne (2008) en aviron.



DANIEL LIEBERMAN

Daniel Lieberman est professeur de sciences biologiques et directeur du département de biologie de l'évolution humaine de l'Université Harvard. Il y étudie la biomécanique expérimentale, la physiologie, la paléontologie et l'anatomie comparative pour mieux comprendre pourquoi et comment le corps humain est ce qu'il est. Il se concentre sur l'association entre l'activité physique comme la marche et la course et la santé humaine.



JOEL BIALOSKY

Joel Bialosky est professeur agrégé de clinique au département de physiothérapie de l'Université de Floride à Gainesville, en Floride. Le Dr Bialosky a travaillé en clinique pendant plus de 14 ans, principalement dans les champs orthopédique et musculosquelettique avant de poursuivre son doctorat et une carrière universitaire. Son programme de recherche actuel est axé sur les mécanismes placebo de la thérapie manuelle, les changements neuroplasiques de la douleur associée aux troubles musculosquelettiques ainsi que la réponse aux interventions de réadaptation.



GRÁINNE DONNELLY

Gráinne Donnelly est une physiothérapeute spécialisée en santé pelvienne qui réalise un doctorat sur l'influence des interventions pour le plancher pelvien qui facilitent le retour à la course en post-partum. Co-éditrice du Journal of Pelvic Obstetric and Gynaecological Physiotherapy, elle est impliquée dans plusieurs organisations telles que Pelvic Obstetric and Gynaecological Physiotherapy (POGP) ou encore l'Active Pregnancy Foundation. Elle coanime un podcast axé sur la santé pelvienne intitulé « At Your Cervix - the Podcast ».



LOUISE DELDICQUE

Louise Deldicque est diplômée en éducation physique et détentrice d'un doctorat en physiologie de l'exercice à l'Université Catholique de Louvain et a fait des séjours post-doctoraux à l'Université de Dundee en Ecosse et à la University of California, Davis. Elle est actuellement professeure à l'UCL. Elle est spécialiste dans la physiologie de l'exercice et plus particulièrement les régulations moléculaires de la masse musculaire. Après avoir travaillé pendant quelques années sur la régulation de la masse musculaire dans des conditions de diabète et d'obésité, Louise Deldicque investit actuellement la régulation de la synthèse et de la dégradation protéique après exposition à l'hypoxie.



KEVIN DESCHAMPS

Kevin Deschamps est titulaire d'un baccalauréat et d'une maîtrise en podologie (Université de Brighton, Royaume-Uni). Il est également titulaire d'un doctorat de l'Université Catholique de Louvain (Belgique). Il est actuellement professeur agrégé à la Faculté des sciences du mouvement et de la réadaptation à l'Université Catholique de Louvain, où il supervise une plateforme d'examen clinique de pointe qui vise à élucider la biomécanique complexe du pied et du membre inférieur chez des individus avec et sans douleur. Kevin est également maître de conférences au département de podologie du Collège Universitaire: La Haute Ecole Léonard De Vinci-Parnasse-ISEI (Bruxelles, Belgique).



PASCAL EDOUARD

Pascal Edouard est professeur des universités et praticien hospitalier en médecine du sport à Saint-Etienne. Il a une formation de médecin en médecine physique et réadaptation et en médecine du sport. Il est actuellement responsable de l'Unité de Médecine du Sport au sein du Service de Physiologie Clinique et de l'Exercice du CHU de Saint-Etienne. Au sein du LIBM (laboratoire inter-universitaire de biologie de la motricité), il est le responsable de l'équipe SPIP : Sports Performance and Injury Prevention. La principale thématique de recherche du Dr. Edouard est la prévention des blessures sportives, particulièrement en athlétisme et les lésions musculaires des ischio-jambiers.



SABINE EHRSTRÖM

Sabine Ehrström est préparatrice physique, experte en physiologie et biomécanique. Elle a obtenu une licence STAPS entrainement sportif, un Master recherche et a publié une thèse sur les facteurs de performance en trail courte distance. Sabine a débuté la compétition par le ski de fond, puis le trail à partir de la licence STAPS, et est devenue membre du team CIMALP, avec une prédilection pour les efforts allant du KV aux trails de 80km en passant par la course en montagne. Actuellement, elle enseigne à l'Université Grenoble Alpes et entraîne des traileurs au sein de son entreprise "Vercors Training Lab".



LAURENT GERGELÉ

Laurent Gergelé (finisher de nombreux ultras dont l'UTMB et le Tor des Géants) pratique l'ultra-trail depuis 15 ans et l'anesthésie-réanimation depuis 20 ans, ce qui lui donne un double regard sur ce sport. Celui du sportif parfaitement conscient des bienfaits de l'ultra dans le quotidien du coureur et celui du médecin spécialiste des complications graves de l'ultra. Depuis 2009, ses recherches ont mis en évidence des analogies entre les mécanismes de défenses que l'organisme met en place au cours d'un ultra avec ceux retrouvés chez les patients qu'il soigne en réanimation. Pour lui, l'ultra est une épreuve qu'un organisme entraîné peut raisonnablement encaisser mais qui peut également mal se terminer si on ne respecte pas les signaux d'alerte ou que l'on cherche à les masquer avec l'automédication.



KIM HEBERT-LOSIER

Kim Hébert-Losier est maître de conférences et responsable académique à l'école de santé Te Huataki Waiora de l'Université de Waikato, en Nouvelle-Zélande. Elle est chercheuse principale en biomécanique au Centre Adams pour la haute performance et est une experte mondialement reconnue en biomécanique des membres inférieurs et du sport. Ses recherches portent sur la prévention des blessures et la performance dans les sports, la biomécanique de la course à pied et les chaussures, et la fonction musculaire du mollet. Avec son expérience en physiothérapie, la Dr. Hébert-Losier cherche continuellement à mener des recherches cliniquement pertinentes pour éclairer la science et la pratique.



YANN LE MEUR

Yann Le Meur intervient depuis une vingtaine d'années dans différents sports et accompagne les athlètes à atteindre leurs objectifs au plus haut niveau. Durant 10 ans, il a travaillé à l'Institut National du Sport (INSEP Paris) pour mener des travaux de recherche sur la méthodologie de l'entraînement dans les sports d'endurance et accompagner les équipes de France de triathlon, de VTT cross-country et de nage en eau libre (10km) dans le cadre des Olympiades de Pékin 2008, Londres 2012 et Rio 2016. Ses thématiques de prédilection concernent la gestion de la charge d'entraînement, la récupération et la prévention des maladaptations à l'entraînement (surmenage & blessures). En 2016, Yann a basculé dans le sport professionnel et travaille à l'AS Monaco comme responsable de la préparation athlétique. Il est un célèbre infographiste qui vulgarise la science sous le pseudonyme YLMSportScience.



IZZY MOORE

Izzy Moore est professeure agrégée en médecine sportive et mouvement humain à la Cardiff Metropolitan University. Elle a complété son doctorat à l'Université d'Exeter, où elle s'est concentrée sur l'optimisation de la technique de course chez la femme. Les recherches d'Izzy Moore portent maintenant sur la santé des athlètes féminines, l'épidémiologie des blessures sportives et la course d'endurance. Elle est éditrice adjointe du British Journal of Sports Medicine et du Journal of Science and Medicine in Sport. Elle a récemment dirigé le consensus international sur les spécificités de la santé des athlètes féminines dans l'épidémiologie des blessures sportives.



IÑIGO MUJIKA

Iñigo Mujika a obtenu deux doctorats ; le premier en biologie de l'exercice musculaire (Université de Saint-Etienne, France) et le deuxième en sciences du sport et de l'activité physique (Université du pays basque). Il est également entraîneur de niveau III en natation et triathlon. Iñigo est actuellement conseiller pour le Centre de haute performance du Japon, professeur agrégé à l'Université du pays basque, professeur affilié à l'Université Finis Terrae au Chili et éditeur adjoint de l'International Journal of Sports Physiology and Performance. Ayant travaillé dans plusieurs sports et pays dans les domaines de l'entraînement, de la science, de l'éducation et du conseil, Iñigo apporte des perspectives uniques sur la meilleure façon pour les athlètes, les équipes et les nations de se préparer à la compétition.



SETH O'NEILL

Seth O'Neill est professeur agrégé et directeur de la recherche à l'école de santé de l'Université de Leicester. Il est physiothérapeute de formation et travaille toujours en clinique comme consultant pour les sportifs élites, les forces armées et le grand public. Seth a un doctorat portant sur les tendinopathies pour lequel il a identifié les taux de prévalence des tendinopathies chez les coureurs britanniques et a développé une meilleure compréhension des facteurs de risque entourant la tendinopathie d'Achille. Ses travaux ont notamment mis en évidence l'implication du muscle soléaire. Seth travaille actuellement avec plusieurs doctorants qui étudient la tendinopathie d'Achille dans les sports d'élite, les ruptures du tendon d'Achille et la rééducation.



EMMANUEL OVOLA





Emmanuel (Manni) Ovola est un physiothérapeute et ancien footballeur semi-professionnel avec une expérience de Chelsea au système de santé publique (NHS) en passant par la Fulham Football Academy. Il est passionné par la promotion de la santé et la prévention des maladies par la course à pied. Il a couru 5 des marathons les plus réputés au monde (World Marathon Majors) avec un record personnel de 2h49. Son but est de rééduquer un individu à un niveau plus élevé qu'avant sa blessure. Il croit en l'idée de « nouveau stimulus » et de création d'une adaptation neuromusculaire par contraction isométrique ou travail supramaximal.



MATHILDE PLARD


Mathilde Plard est Chercheuse au CNRS en Sciences Humaines et Sociales (laboratoire ESO, UMR 6590) et travaille sur le trail running et les événements sportifs de plein air. Elle s'intéresse aux expériences individuelles pour saisir ce que l'ultra-endurance procure de repères à soi, aux autres et au monde. Ses derniers projets explorent les effets protecteurs de la pratique sur la santé mentale. Mathilde est également présidente de la Maison Sport Santé le LABSPORT à Saint-Nazaire où elle est engagée pour que l'activité physique adaptée soit accessible au plus grand nombre.

HORAIRE - VENDREDI 13 OCTOBRE

	AUDITORIUM	ATELIER - ST CLAIR	ATELIER - ROSERAIE
8h15	ACCUEIL DES PARTICIPANTS		
9h00	OUVERTURE DU CONGRÈS		
9h15	CONFÉRENCIER VEDETTE : DANIEL LIEBERMAN Pourquoi l'activité physique est gratifiante et bonne pour la santé alors que l'on n'a pas évolué pour en faire ? 		
10h00	PAUSE (30min)		
10h30	SETH O'NEILL Approche biopsychosociale dans le traitement des tendinopathies 	KIM HÉBERT-LOSIER Le laboratoire de poche pour cliniciens : Atelier pratique	YANN LE MEUR 9 ans et 1400 infographies plus tard : Partage d'expériences
11h15	EMMANUEL OVOLA La course à pied du point de vue des minorités 		
12h00	PAUSE REPAS		
13h30	YANN LE MEUR Tirer sur la corde à l'entraînement pour mieux performer : Jusqu'où faut-il aller ?	PASCAL EDOUARD Prise en charge des blessures en course à pied : lésion musculaire et fracture de fatigue	JANE THORNTON Prescrire l'activité physique : considérations pour l'équité, la diversité et l'inclusion 
14h00	IÑIGO MUJIKA Une approche multifactorielle et intégrée de la périodisation pour une performance optimale en sport individuel et d'équipe		
14h30	DÉBAT		
15h00			










HORAIRE - VENDREDI 13 OCTOBRE

	AUDITORIUM	ATELIER - ST CLAIR	ATELIER - ROSERAIE
15h00	PAUSE (30min)		
15h30	GRÁINNE DONNELLY Course à pied et périnatalité 	LOUISE DELDICQUE Intérêt de la périodisation nutritionnelle pour les coureurs de route et de trail	SABINE EHRSTRÖM Entrainement en trail : Venez tester une séance spécifique ! RdV à l'entrée de l'espace partenaires.
16h15	PASCAL EDOUARD La prévention des blessures en course à pied : Des concepts à l'application		
17h00	PAUSE (15min)		
17h15	Concours d'infographies (animé par Yann Le Meur)		
18h00	FUN RUN		
19h00			
20h00	GALA		



HORAIRE - SAMEDI 14 OCTOBRE

	AUDITORIUM	ATELIER - ST CLAIR	ATELIER - ROSERAIE
8h30	ACCUEIL DES PARTICIPANTS		
9h00	KIM HÉBERT-LOSIER Qu'est-ce que les «super chaussures», et sont-elles utiles pour les coureurs réguliers ? 	EMMANUEL OVOLA Approche systématique d'optimisation des coureurs 	JOEL BIALOSKY Les influences contextuelles de la douleur : comment le contexte dans lequel est effectuée une intervention va grandement influencer la réponse des patients ? 
9h30	IZZY MOORE Optimisation de la biomécanique pour la performance : Est-ce possible et pertinent ? 		
10h00	Débat		
10h30	PAUSE (30min)		
11h00	KEVIN DESCHAMPS Biomécanique du pied en course à pied 	GRÁINNE DONNELLY & IZZY MOORE Le modèle des 6 R pour le retour à la course à pied en postpartum 	IÑIGO MUJIKA L'entraînement de la force pour la course à pied
11h45	JOEL BIALOSKY Pourquoi la thérapie manuelle fonctionne et pourquoi vous devriez l'utiliser 		
12h30	PAUSE (repas)		
14h00			



HORAIRE - SAMEDI 14 OCTOBRE

	AUDITORIUM	ATELIER - ST CLAIR	ATELIER - ROSERAIE
14h00	MATHILDE PLARD Santé mentale et trail running : profils et compétences psychosociales des athlètes d'ultra-endurance	SETH O'NEILL Astuces dans le traitement des tendinopathies chez les coureurs 	LAURENT GERGELÉ & JORDAN HIBON Pathologies métaboliques : Quelle conduite à tenir sur le terrain ? En 2019, Jordan Hibon s'effondre à la fin d'une course de trail, victime d'une hyperthermie aux conséquences dramatiques. Ensemble, ils nous expliqueront comment éviter qu'un tel scénario ne se produise.
14h45	LOUISE DELDICQUE La nutrition peut-elle aider à prévenir les blessures en course à pied ?		
15h30	PAUSE (30min)		
16h00	SABINE EHRSTRÖM Facteurs physiologiques et biomécaniques de la performance en trail running	VIENS CHALLENGER BLAISE DUBOIS Diagnostic et plan de traitement en live !	KEVIN DESCHAMPS L'orthèse plantaire en pratique : Paradigmes et suivi des caractéristiques de charge et décharge à l'aide de capteurs dans la chaussure 
16h45	LAURENT GERGELÉ Ultra-endurance : Physiologique ou pathologique ?		
17h30	PAUSE (15min)		
17h45	CONFÉRENCIÈRE VEDETTE : JANE THORNTON La santé de la femme dans le sport: pourquoi ne pas prendre en compte la moitié de la population mondiale ? 		
18h30	MOT DE FERMETURE		
18h45	FIN		



LE CONCOURS D'INFOGRAPHIES

L'objectif de La Clinique Du Coureur est de partager les connaissances en les rendant accessibles.

À ce titre, nous lançons, en amont du congrès, un concours d'infographies en ligne. Les auteurs.rices des infographies les plus attrayantes et pertinentes auront la possibilité de venir présenter leur travail à Lyon lors d'une session spéciale du congrès.

Yann Le Meur, le célèbre infographiste ayant plus de 1400 productions à son palmarès, nous fera l'honneur d'être le parrain de ce concours !

Un prix de 600 euros viendra récompenser la meilleure présentation !

Tous les détails du concours se retrouvent à la section «**Concours d'infographies**» sur congres.lacliniqueducoureur.com

LE FUN RUN

Accessible à tous, convivialité assurée, chacun pourra y trouver son plaisir en profitant de nos deux parcours :

GRUPE «TRABOULES RUNNERS»

Allure cool - entre 7 et 10 km/h
6 kilomètres max
Soulary - Gros Caillou - Traboules

GRUPE «GONES RUNNERS»

Allure soutenue - 12 km/h
12 kilomètres max
Parc Tête d'Or - Soulary - Gros Caillou
Bissardon - Parc Tête d'Or

LE GALA

Venez vivre une expérience inoubliable à bord d'un bateau totalement privatisé !

Vous succomberez à l'originalité d'un restaurant flottant qui vous attendra accosté au pied du centre des congrès. Vous embarquerez alors pour un gala mémorable en savourant une cuisine raffinée, en vous émerveillant devant les plus beaux paysages urbains et en profitant de la soirée dansante.

Apéritif maison, Repas 3 plats, Boissons comprises, Soirée dansante, Visite de Lyon

ATTENTION : Les personnes participant au Fun Run ne pourront pas s'inscrire au Gala pour cause de timing trop serré.



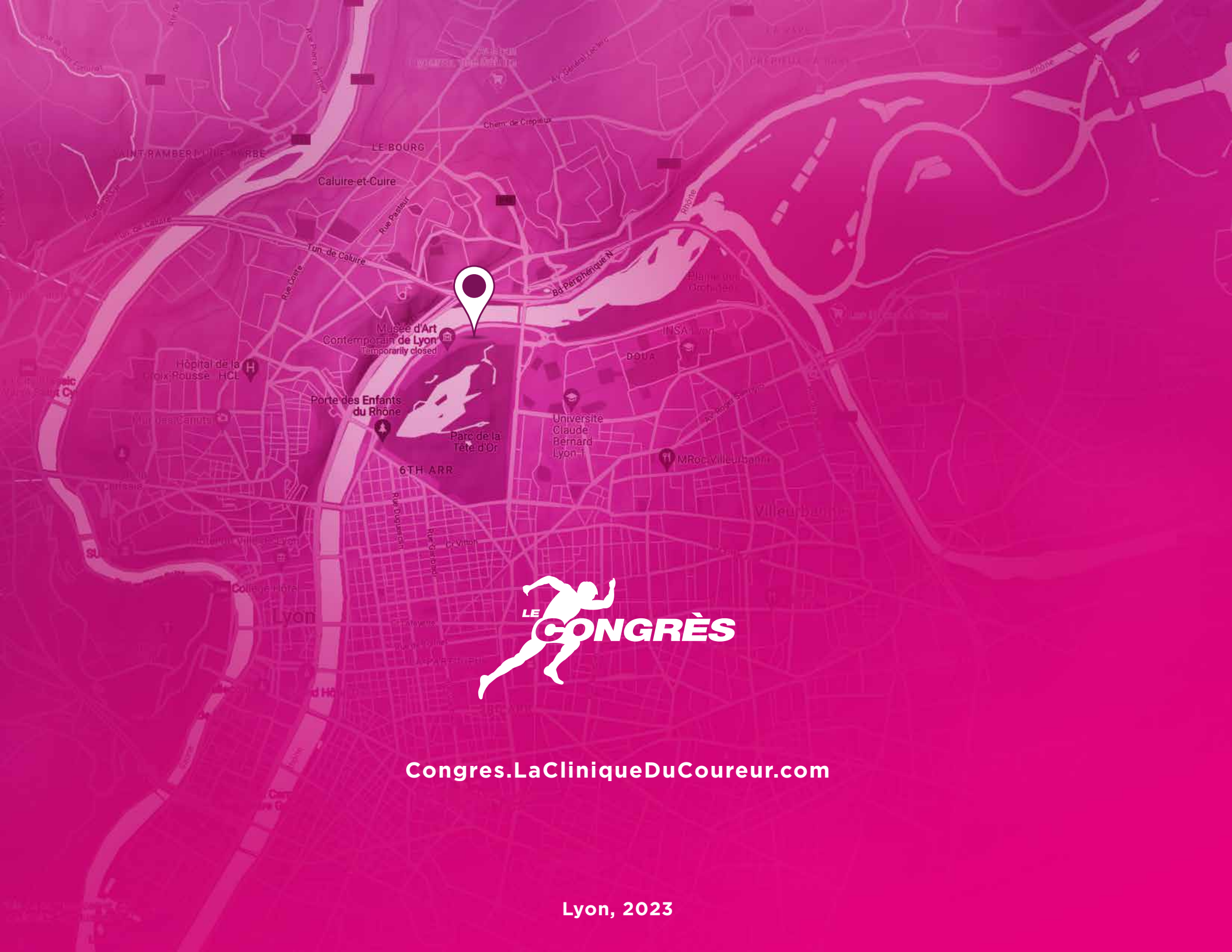
LA CLINIQUE DU COUREUR

La Clinique Du Coureur est un organisme de formation continue pour les professionnels de la santé qui est devenue une référence mondiale en prévention des blessures en course à pied. En plus d'enseigner son expertise sur les cinq continents, notre équipe s'est donnée comme mission d'encourager l'activité physique en partageant ses bienfaits. La promotion de la santé par le sport nous tient à cœur et c'est pourquoi La Clinique Du Coureur est aussi impliquée socialement dans le milieu de la course à pied.



LE CENTRE DE CONGRÈS

Niché au cœur de la Cité internationale, véritable complexe, le Centre de Congrès de Lyon bénéficie de nombreux services à proximité immédiate : parking, hôtels, restaurants, cinéma, Casino, Musée...



Congres.LaCliniqueDuCoureur.com

Lyon, 2023