

# Sport et santé : les bienfaits de l'activité sportive sur notre santé physique et mentale

Conférence

6, Allée Camille Muffat, 06200 Nice  
GPS : 6, Allée Camille Muffat, 06200 Nice

Le 12 mars 2024 | 15h00 à 16h00

Explorez les dernières découvertes de la recherche en compagnie de chercheurs et de sportifs français, révélant les liens profonds entre l'activité sportive et notre bien-être physique et mental. Plongez dans les données statistiques captivantes d'une étude menée en France sur plus de 100 personnes, offrant un aperçu précieux de l'impact concret du sport sur notre santé. Rejoignez-nous dans cette quête passionnante pour comprendre comment le sport devient un moteur puissant pour une vie plus saine et équilibrée. La conférence sera suivie d'une visite du musée.

## Orateur(s)

Kevin RODOLFO, coach sportif et préparateur physique, Président Azur Haltérophilie, Head Manager Cannes Showdown

Maxime VILLET, doctorant en Neurosciences à l'IPMC (Université Côte d'Azur, CNRS, INSERM)

Sébastien DELHAYE, docteur en Neurobiologie à l'IPMC (Université Côte d'Azur, CNRS, INSERM)

Clara SANCHEZ, docteure en Interactions Moléculaires et Cellulaire à l'IPMC (Université Côte d'Azur, CNRS, INSERM)