

Performance sportive : une histoire de mental ?

Conférence

Villefranche-sur-Saône

GPS : Villefranche-sur-Saône

Le 4 avril 2024

Cette rencontre est à destination de détenus du Centre pénitentiaire de Villefranche-sur-Saône, non accessible au grand public. Organe complexe, notre cerveau joue un rôle central dans la manière dont notre corps bouge, se déplace, coordonne ses mouvements, résiste à l'effort... Au cours de cette rencontre, vous découvrirez comment la préparation mentale peut améliorer la performance sportive, grâce à la capacité de notre cerveau à évoluer et à se modifier.

Orateur(s)

Franck di Rienzo, enseignant-chercheur
à l'Université Claude Bernard Lyon 1 et
membre du Laboratoire
Interuniversitaire de Biologie de la
Motricité