

Sommaire

N° 226 - Juin - 2^e trimestre 2017

Toutes reproductions, totale ou partielle, des documents figurant dans ce numéro ne peuvent être faites sans l'autorisation de l'A.E.F.A.
Nous rappelons aux auteurs que les contraintes de plus en plus rigoureuses imposées par les nouvelles techniques de composition les obligent, à cet effet, à fournir des fichiers informatiques. Les articles contenus dans la revue sont publiés sous la seule responsabilité de leurs auteurs.
Pour toute information complémentaire, merci de nous contacter.

Merci de contacter directement les responsables indiqués en fonction des sujets qui vous préoccupent

- **Président :** Hervé Delarras
Tél. : 06 07 63 66 76
Mail : delarras.herve@wanadoo.fr
- **Abonnements / Internet :**
Tél. +33 (0)6 21 28 08 96
jeanluc_gastaldello@me.com

REVUE :

- **Directeur de la publication :**
Jean-Luc Gastaldello
- **Relecture :** Jacky Desmures
- **Correspondants techniques :**
Olivier Bretin, Hervé Delarras,
Charles Gozzoli, Philippe Leynier, Daniel Laigre, Danièle Desmier, Patrick Gellens

PHOTOS :

- **Couverture :** Olivier Vallaeys
- **Intérieur :**
Sébastien Carlier, Alain Cornu, Charles Gozzoli, Olivier Pauly, Jérôme Simian, Olivier Vallaeys, FFA, AEFA
- **Ont collaboré à ce numéro :**
Philippe Leynier, Charles Gozzoli, Olivier Pauly, Jérôme Simian, Jonathan Baleston-Robineau, Magali Thery-Vela, Olivier Vallaeys, Guy Ontanon, Jean-Luc Gastaldello
- **Maquette - Mise en page :**
Sylvie Davoine
- **Publicité :**
Marty Sport, AEFA, FFA
- **Contact Publicités :**
Hervé Delarras
Jean-Luc Gastaldello



6..... Introduction

par Philippe Leynier
Conseiller Technique National

8..... Document

Des définitions, des informations, des expériences à transmettre, des pistes de réflexions...
Par Philippe Leynier

15..... Jeunes

La préparation physique chez les jeunes, de l'EA... au minime
Par Charles Gozzoli

20..... Analyse du mouvement

Spécificité de la préparation athlétique et identité posturale
Par Olivier Pauly

24..... Entraîneurs vs Préparateur physique

Principes généraux et application pratique
Par Jérôme Simian



35

41



27..... Coordination

L'adaptabilité, vue des combinées
Par Jonathan Baleston-Robineau

33..... Abdominaux 3.0

L'intérêt de l'entraînement sans pression
Par Magali Thery-Vela

41..... Souplesse spécifique

La souplesse pour l'athlétisme
Par Olivier Vallaeys

44..... Développement musculaire

Comment développer les capacités musculaires du sprinter et du jeune athlète ?
Par Guy Ontanon