

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE CYCLISME



CONGRÈS SANTÉ ET PERFORMANCE - FFC

INSCRIVEZ
VOUS



Du 21 au 22 Novembre 2025

PARIS - Maison du Sport Français

VENDREDI 21 NOVEMBRE MATIN PROGRAMME

Session 1 – Position, Santé et Performance

Modérateurs : Iris SACHET (Entraîneure et docteure – FFC) et Jacky MAILLOT (Médecin Equipe AG2R La Mondiale – FFC)

- ✓ Mesure cinématique sans marqueurs : nouvel outil pour l'optimisation de l'ergonomie ?
COUVEINHES Axel – Doctorant - FFC
- ✓ Un faux-ami appelé « Q-Factor »
LEBLOND Lucas – Ergonome – CYCLE ANALYSTE
- ✓ Prévention des blessures et rééducation optimale en lien avec la posture
JUILLET Maxime – Kinésithérapeute - MBP
- ✓ Faut-il corriger toutes les inégalités de longueur du membre inférieur ?
RETALI Marc – Podologue – équipe DECATHLON AG2R LA MONDIALE - FFC
- ✓ L'assise de la cycliste : Prévention des pathologies
GIRAUD Simon – Doctorant - FFC
- ✓ Epidémiologie – clinique du syndrome de friction prépatellaire du cycliste
MAILLOT Jacky – Médecin équipe DECATHLON AG2R LA MONDIALE - FFC
- ✓ Prise en charge rééducative post opératoire
GIRARDET Florence – Kinésithérapeute – CERS CAPBRETON



VENREDI 21 NOVEMBRE APRES-MIDI

PROGRAMME

Session 2 – Gestion de la carrière

Modérateurs : Jean-Christophe PERAUD (Manager Recherche et Performance – FFC) et Pierre RENAUD (Président de la commission Médicale FFC)

- ✓ Table Ronde : L'évolution des charges de travail et la gestion des blessures au cours d'une carrière
- MAILLOT Jacky – Médecin équipe DECATHLON AG2R LA MONDIALE - FFC
- SALVETAT Maryline – Médecin FFC / Athlète - FFC
- THOLLET Julien – Entraîneur / Manager - FFC
- BARDET Romain – Sportif

Session 3 – Charge de travail et performance

Modérateurs : Frederic GRAPPE (Directeur de la performance – Equipe Groupama FDJ) et Fabien PILLARD (Coordonnateur médical CHU Toulouse)

- ✓ Charge de travail et performance
- GRAPPE Frédéric – Directeur Performance – Equipe Groupama FDJ
- ✓ Affûtage
- BOSQUET Laurent – Professeur d'Université – Université de Poitiers
- ✓ Utilisation de la Variabilité de la fréquence cardiaque. Intérêts et limites
- FOROT Jonas – Sport scientist / Entraîneur – Ecole Nationale des Sports de Montagne
- ✓ Pourquoi arrête-t-on son effort ? Vision neurophysiologique
- MATTA Pierre-Marie – Doctorant – Université de Toulouse
- ✓ Fatigue et prévention des états d'intolérance de la charge de travail
- BIGARD Xavier – Directeur médical – UCI
- ✓ Charge mentale et pertes de performance
- CHARLES Eric – Psychiatre – CH Limoges
- ✓ La fatigue et la performance
- MILLET Guillaume – Professeur d'université – Université de St Etienne

Le massage dans tous ses états

EN PARALLELE DE LA SESSION 3
(SALLE ANNEXE)



Intervenants : Danièle Maille (PhD, Directrice IFMK Assas), Nadine STREIT (IFMK Assas, Doctorante SSMH Paris Saclay), Benoît LEROY et Jean Charles LAPORTE (MKDE, IFMK Assas / FFC), Damien VEDEL (MKDE FFC), Alain BIZET (Assistant Sportif équipes professionnelles).

- ✓ La pyramide de la récupération / place du massage
- ✓ Témoignage d'un cycliste professionnel
- ✓ Effets physiologiques
- ✓ Le toucher au cœur du massage
- ✓ Massage des jambes et/ou de la tête ?
- ✓ Massage et sport (récupération, optimisation de la performance, prévention des blessures)
- ✓ Massage et cyclisme (Un rituel intemporel / Masseur, Soigneur, Kiné, Assistant sportif ? / Place du masseur au sein d'une équipe cycliste)
- ✓ Atelier pratique (manœuvres, adjuvants, "tips" du massage cycliste)

CONTACT : FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME / SERVICE MEDICAL / medical@ffc.fr - 01.81.88.09.49



SAMEDI 22 NOVEMBRE

PROGRAMME



MATIN

Session 1 – Accession à la performance des jeunes potentiels

Modérateurs : Pierre IDJOUADIENNE (entraîneur - FFC) et Fabien PILLARD (Coordonnateur médical - CHU Toulouse)

- ✓ Fondamentaux de l'entraînement
DEUTSCH Remy – Entraîneur/formateur – CREPS Bourgogne Franche Comté
- ✓ La formation 360 du jeune athlète en filière accession
RIGOLLOT Mathieu – entraîneur
- ✓ Les demandes en compétition de la catégorie U17 / Route
ROUSSEAU Quentin – Doctorant/entraîneur - FFC
- ✓ Les axes de développement dans la formation en cyclisme sur Piste
SACHET Iris – Entraîneuse/docteure - FFC
- ✓ Intérêt de l'étude du polymorphisme génétique dans la surveillance de la charge de travail
MAILLOT Jacky – Médecin équipe DECATHLON AG2R LA MONDIALE - FFC

Session 2 – Fatigue et surentrainement

Modérateurs : Frederic GRAPPE (Directeur de la performance – Equipe Groupama FDJ) et Pierre RENAUD (Président de la comm. Médicale FFC)

- ✓ Impact du sommeil sur la performance
DUFORÉZ François – Médecin du sport spécialiste du sommeil- APHP
- ✓ Diagnostiquer une fatigue physiologique avec un test VO2 en deux temps
Pierre RENAUD – Médecin – CH Remiremont - FFC
- ✓ Prise en charge des états de surentrainement
BIGARD Xavier – Directeur médical - UCI

APRES-MIDI

Session 3 – La place de la Data dans l'entraînement

Modérateurs : Jacky MAILLOT (Médecin – équipe DECATHLON AG2R - FFC) et Quentin ROUSSEAU (Doctorant/Entraîneur FFC)

- ✓ L'IA peut-il remplacer l'entraîneur et d'autres dimensions ?
WEN Kevin – Data scientist – RedBull / BORA
- ✓ La relation Data science avec les entraîneurs
MAZENOT Olivier – Data scientist – Equipe Groupama FDJ

Session 4 – L'entraîneur en 2025 : Savoir se détacher des outils

Modérateurs : Iris SACHET (Entraîneuse et docteure – FFC) et Eric MEINADIER (Directeur médical – FFC)

- ✓ L'entraîneur en 2025 : la vision au sein d'un Pôle Espoir
RIGOLLOT Mathieu – Entraîneur - FFC
- ✓ Table Ronde : L'entraîneur en 2025 : La bonne utilisation des outils de suivi
IDJOUADIENNE Pierre – Entraîneur – FFC
- ✓ Regard croisé entraîneur/ haute perf avec des outils scientifiques
CHANTEAU Philippe – Entraîneur - FFC



CONTACT : FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME / SERVICE MEDICAL / medical@ffc.fr - 01.81.88.09.49

TARIFS ET MODALITES D'INSCRIPTION

	Inscriptions avant le 10/11	Inscriptions après le 10/11
Tarif 1j - tarif plein	240€	280€
tarif 2 j - tarif plein	360€	400€
tarif 1j - tarif réduit*	160€	200€
Tarif 2j - tarif réduit*	200€	240€
diner vendredi soir	40€	40€

**INSCRIVEZ
VOUS**



L'inscription comprend le repas du midi, sur le lieu du congrès sous forme de cocktail déjeunatoire

tarif réduit (sur présentation d'un justificatif) réservé aux :

- étudiants
- Educateurs fédéraux FFC
- entraîneurs fédéraux FFC
- kinés d'équipes professionnelles de cyclisme



CONTACT : FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME / SERVICE MEDICAL / medical@ffc.fr - 01.81.88.09.49

CONTACT : FEDERATION FRANCAISE DE CYCLISME / SERVICE MEDICAL / medical@ffc.fr - 01.81.88.09.49