

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

## PROGRAMME DES CONFÉRENCES

### Session 1 – Position, Santé et Performance

Modérateurs : Iris SACHET (Entraîneuse 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





## 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  
 FORDOT Jonas - Sport scientist / Entraîneur – Ecole Nationale des Sports de Montagne
- ✓ Pourquoi arrête-t-on son effort ? Vision neurophysiologique  
 MATTIA 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 DE PRESSE)



Modérateur : Damien VEDEL (MKDE FFC)

- ✓ Histoire du massage – Le toucher  
 Danièle Maille (PhD, Directrice IFMK Assas)
- ✓ Massage et EBP  
 Nadine STREIT (IFMK Assas, Doctorante SSMH Paris Saclay)
- ✓ Les effets du massage  
 Jean Charles LAPORTE (MKDE, IFMK Assas / FFC)
- ✓ La place du massage dans la récupération  
 Jean Charles LAPORTE (MKDE, IFMK Assas / FFC)
- ✓ Massage et cyclisme : un rituel intemporel  
 Damien VEDEL (MKDE FFC), Alain BIZET (Assistant Sportif équipes professionnelles)
- ✓ Place et posture d'un masseur au sein d'une équipe  
 Damien VEDEL (MKDE FFC), Alain BIZET (Assistant Sportif équipes professionnelles)
- ✓ Le massage, aspects pratiques  
 Jean Charles LAPORTE (MKDE, IFMK Assas / FFC)
- ✓ Le « massage cycliste » - ateliers pratiques  
 Jean Charles LAPORTE (MKDE, IFMK Assas / FFC), Alain BIZET (Assistant Sportif équipes professionnelles)



### MATIN

### APRES-MIDI

#### 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  
DUFLOREZ Francois – 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

#### 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 ?  
YVEN 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

# TARIFS ET MODALITES D'INSCRIPTION

	<i>Inscriptions avant le 10/11</i>	<i>Inscriptions après le 10/11</i>
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





## LIEU DE RASSEMBLEMENT :

**MAISON DU SPORT  
FRANCAIS  
CNOSF**

1, avenue Pierre de Coubertin  
75640 Paris Cedex 13

