

# Compte rendu du colloque

Bien manger; un atout pour gagner"

samedi 19 mars 2011

Début 16h

Maison Des Sports

4 rue Anne Robert Jacques Turgot - 29000 Quimper



## Intervenant

Katell Magoarou-Guérin  
Diététicienne du sport

### Les différents thèmes abordés seront :

- Que manger au quotidien,
- la collation chez le sportif,
- la diététique de récupération, l'hydratation,
- quels apports pendant une journée de compétition

EFFECTIF :

24 athlètes du stage présents :

\*11 du CLE :

NOM	PRENOM	CLUB
BLONDEL	ALICE	SB
CHEVALIER	JOHANNA	CAB
CORBAN	LEA MARINE	QA
KERIVIN	DIMITRI	QA
LECOQ	MARION	QA
PORCHET	ALEXANDRE	QA
RAOUL	JUSTINE	IA/SAINT RENAN
SALAUN	AURELIEN	QA
TOULLEC	PAULINE	PLA
TROADEC	MATTHIEU	QA
UGUEN	CORENTIN	IA/SAINT RENAN

\*13 athlètes Elite :

NOM	PRENOM	CLUB
AMOURETTE	CLEMENT	IA
HELIAS	FLORIAN	QA
LAMARI	YACINE	QA
LEBRANCHU	PAUL	CAB
MAJOREL	VIVIEN	LTA
MINGAM	DAMIEN	LTA
PINSON	MATHIEU	QA
TABBOUSSI	HASNA	QA
DERRIEN	LEILA	CAPDZ
LARVOR	LOEIZA	CAPDZ
COZ HAMON	MAXIM	LTA/CAM
YVIN	JOHANNE	LTA/CAM
TOUS	LUCAS	LTA/SPAC

Encadrement :

\*Philippe Geffrouais – CAPDZ

\* Etienne Dobobizan –LTA

\* Frédéric Le Helley – PLA

\*Olivier Machefer – QA

\*Autenzio Fabienne – CMS

\*Cyrille Le Nader – CDA 29

\*Cindy Machefer – CDA 29

13 Personnes extérieures au stage CLE :

- \*Kénan An Habask-QA
- \*Konogan An Habask-QA
- \*Frédéric Dupont-IA/PBA
- \*Sandra Jahan-QA
- \*Kerviel Michel-QA
- \*Béatrice OSTY-QA
- \*Chloé Philippe-QA
- \*Madame Kérvin-Serpolet
- \*Quere Yves Alain-QA
- \*Denis Sparapan-CAB
- \*Jean Paul Jonio-non licencié
- \*Docteur Garo-CMS Brest
- \*Karine Bougueon-SB

Soit 44 personnes au total mais seulement 12 entraîneurs dont 5 déjà présents pour le stage Elite.

Un grand merci à Katell Magoarou-Guerin pour son intervention de qualité qui a suscité de nombreux échanges avec les athlètes. Une salle animée et intéressée.



