

SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

DU en Trail et Running

DU en Trail et Running



Durée
1 an



Composante
UPFR des
Sports, site de
Besançon

Présentation

Programme

DU en Trail et Running

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Ateliers pratiques	Elément constitutif		6h		
Module 1 : Physiologie et entraînement	Elément constitutif		15h		
Module 2 : Appareil locomoteur	Elément constitutif		7h		
Module 3 : Nutrition	Elément constitutif		3h		
Module 4 : Psychologie	Elément constitutif		3h		
Module 5 : Réglementation-fédération-évènementiel	Elément constitutif		4h		
Module 6 : Matériel-technique	Elément constitutif		3h		