

***FORMATION EN NUTRITION SPORTIVE***

**Informations pratiques**

PROGRESS SANTÉ

Contact : **Stéphanie CARLIER 01 44 54 24 24** [**s.carlier@ecoleprogress.com**](mailto:s.carlier@ecoleprogress.com)

**Accessibilité**

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap sauf restriction liée à l’inhabilité et/ou contre-indication médicale.

Pour plus d’informations, contactez notre référente handicap : [**s.carlier@ecoleprogress.com**](mailto:s.carlier@ecoleprogress.com)

**Tarifs :** 3 500€ (dont 500€ de frais d’inscription)

**Formation**

|  |  |
| --- | --- |
| **Objectifs de la formation**  La formation de nutrition sportive est destinée à ceux qui souhaitent se spécialiser en nutrition du sportif. Cette formation permet de se plonger dans la grande variété des spécificités nutritionnelles qui permettent d’exploiter le talent sportif et la capacité d’entraînement des athlètes à long terme afin de devenir un expert en nutrition sportive. | **Durée :**  4 mois (14 semaines)  Octobre à février  **Rythme :**  Vendredi de 15h à 20h et samedi de 9h à 20h |
| **Caractéristiques de la formation** *Langes d’enseignement : espagnol, anglais (1 à 2 sessions)**10 modules de formation*\*MODULE I. Introduction à la nutrition sportive, à la physiologie de l’exercice et à la formation sportive\*MODULE II. Planification énergétique et nutritionnelle des sportifs et de la population générale : théorie et pratique\*MODULE III. Aliments fonctionnels, suppléments nutritionnels et aides ergogènes.\*MODULE IV. Calendrier et interventions nutritionnelles pour améliorer le sommeil et les effets du jet lag\*MODULE V. Stratégies nutritionnelles pour améliorer la composition corporelle des sportifs et de la population générale\*MODULE VI. Nutrition dans des populations spécifiques d’athlètes : enfants et adolescents et diabétiques de type 1\*MODULE VII. Immuno nutrition, microbiote et stratégies nutritionnelles pour les blessures sportives\*MODULE VIII. Psychologie du sport et son intégration aux pratiques nutritionnelles du sportif et de la population générale\*MODULE IX. Cas réels et applications pratiques de la planification nutritionnelle dans différentes modalités sportives\*MODULE X. Développement et présentation des travaux finaux du programmeNombre de crédits validés : 30 ECTS | **Modalités d’évaluation**  la note de chaque module se calcule avec une moyenne de différents tests théoriques et activités pratiques. Il faut réussir tous les modules. |
| **Suite de parcours post formation**  Le nutritionniste sportif pratique à l’hôpital, en cabinet ou directement au sein de fédérations sportives. Il peut également travailler au sein de l’industrie du matériel sportif, l’industrie agroalimentaire ou pharmaceutique ou bien dans une entreprise en lien avec le sport (aliments diététiques, compléments nutritionnels, boissons de l’effort, matériels sportifs…). | **Conditions d’admission**  Formulaire d’admission, CV et copie du passeport.  le département d’admission évaluera les candidatures (motivation, langue…).  **Admission définitive**  Entretien, motivation, langue |

*Mis à jour le 20/05/22*