

FR



LABORATOIRE SEP



CROSBIE FLYNN

DOCTORANT EN PHYSIOLOGIE

DEPUIS 2024

 Courriel

 LinkedIn

L'ÉDUCATION AU SOMMEIL CHEZ LE SPORTIF ADOLESCENT DE HAUT NIVEAU

DIRECTION ET FINANCEMENT

Directeurs : [Mathieu Nedelec](#) et Damien Léger

Financement : Thèse auto-financée

PROJET DE THESE

L'objectif de cette thèse est d'observer l'impact d'une stratégie d'éducation au sommeil chez le sportif adolescent de haut niveau. Plus précisément, nous cherchons à :

1. Approfondir nos connaissances sur les rythmes veille-sommeil des adolescents sportifs afin d'identifier des facteurs et périodes à risque, ainsi que des opportunités d'intervention.
2. Développer, sur la base de ces observations, une stratégie d'éducation au sommeil efficace à long terme.
3. Evaluer l'impact de cette stratégie sur le sommeil, ainsi que sur les performances sportives des adolescents athlètes de haut niveau.

[PRÉCÉDENT](#)

[RETOUR À LA LISTE](#)

[SUIVANT](#)


MINISTÈRE
DES SPORTS
ET DES JEUX OLYMPIQUES
ET PARALYMPIQUES



[> ACCÈS](#)

[> ACCESSIBILITÉ](#)

- > MENTIONS LÉGALES
- > CGU
- > CARRIÈRE

SUVEZ-NOUS



Ce site utilise des cookies et vous donne le contrôle sur ce que vous souhaitez activer

✓ OK, tout accepter

✗ Interdire tous les cookies

Personnaliser