

FR



## LABORATOIRE SEP



### **MEIGNIE ALICE**

**CHERCHEURE, PHD**

LIEN ENTRE SPÉCIFICITÉS FÉMININES ET PERFORMANCES CHEZ LES ATHLÈTES DE HAUT NIVEAU.

 01 41 74 41 89

---

 Courriel

URL of the page: <https://labos-recherche.insep.fr/fr/annuaire-des-personnes/meignie-alice>

# EMPOWER : SUIVI LONGITUDINAL MULTIPARAMETRIQUE DES SPORTIVES DE HAUT NIVEAU

## DIRECTION ET FINANCEMENT

- > Responsable : Juliana Antero
- > Financement : Ce programme se fait avec l'appui du Pôle Performance de l'INSEP et en collaboration avec les fédérations sportives françaises intéressées par la mise en place du suivi EMPOWER.

## PROJET - EMPOWER

L'objectif principal d'EMPOWER (Exploring Menstrual Periods Of Women athletes to Escalate Ranking) est de maximiser les performances des athlètes féminines élites en optimisant leurs réponses à l'entraînement par des charges de travail adaptées en synergie avec leur physiologie et leur cycle menstruel. Ce projet s'articule autour de trois parties complémentaires :

- > Un suivi longitudinal multiparamétrique des variations des réponses aux charges d'entraînement et de compétition
- > L'identification d'un profil hormonal des sportives de haut niveau en parallèle de leur charge d'entraînement et de compétition
- > La création et validation de préconisations d'individualisation de l'entraînement basé sur les profils hormonaux et les réponses aux charges identifiés

## PUBLICATIONS SCIENTIFIQUES PRINCIPALES

- > Meignié A, Duclos M, Carling C, Orhant E, Provost P, Toussaint JF, Antero J. The Effects of Menstrual Cycle Phase on Elite Athlete Performance: A Critical and Systematic Review. *Frontiers in Physiology*, In Review, 2021.
- > Forstmann N, Meignié A, Laroche Lambert Q, Duncombe S, Schaal K, Maître C, Toussaint JF, Antero J. Pregnancy does not jeopardize future athletic success in elite marathon runners. Submitted.
- > Sedeaud A, Laroche Lambert Q, Moussa I, Brasse D, Berrou JM, Duncombe S, Antero-Jacquemin J, Orhant E, Carling C, Toussaint JF. Does an Optimal Relationship Between Injury Risk and Workload Represented by the "Sweet Spot" Really Exist? An Example From Elite French Soccer Players and Pentathletes. *Frontiers in Physiology*. 11. 10.3389/fphys.2020.01034, 2020.

[PRÉCÉDENT](#)

[☰ RETOUR À LA LISTE](#)

[SUIVANT](#)





- > ACCÈS
- > ACCESSIBILITÉ
- > MENTIONS LÉGALES
- > CGU
- > CARRIÈRE

## SUIVEZ-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