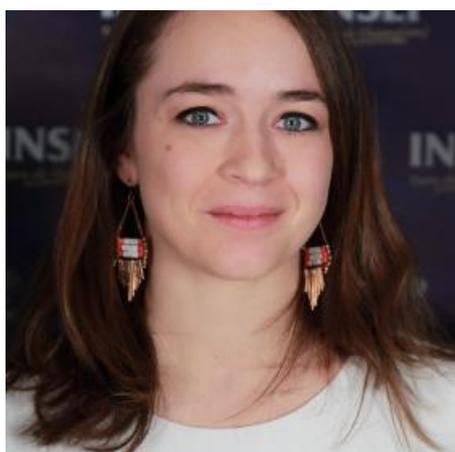


LABORATOIRE SEP



**POIGNARD MATHILDE**

**POST-DOCTORANTE | DDAY**

URL de la page : <https://labos-recherche.insep.fr/fr/annuaire-des-personnes/poignard-mathilde>

[Vers "Qui sommes-nous ?"](#)

---

# ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISÉ AU CHANGEMENT DES COMPORTEMENTS DE RÉCUPÉRATION EN NATATION

## DIRECTION ET FINANCEMENT

**Responsable :** [Alexis Ruffault](#)

**Financement :** Programme Prioritaire de Recherche - ANR Sport de Très Haute Performance

## PROJET - DDAY

Le lot de tâche 5 a pour objectif d'étudier les stratégies de récupération adoptées par les nageur.se.s de l'équipe de France de natation pendant la période d'affûtage pré-compétition. Cet objectif est divisé en 3 objectifs spécifiques :

- › Identifier les déterminants sociocognitifs de l'adoption des stratégies de récupération habituellement adoptées
- › Identifier les déterminants sociocognitifs de l'adoption des stratégies de récupération innovantes testées dans les autres lots de tâches du projet DDAY
- › Tester l'efficacité des techniques de promotion des comportements sur l'adoption des stratégies de récupération innovantes testées dans les autres lots de tâches du projet DDAY

## PUBLICATIONS SCIENTIFIQUES PRINCIPALES

- › [Poignard M](#), [Guilhem G](#), de Larochelambert Q, Montalvan B, Bieuzen F. The Impact of Recovery Practices Adopted by Professional Tennis Players on Fatigue Markers According to Training Type Clusters. Front Sports Act Living. 2020;2:109 [Vers l'article](#)
- › Broatch JR, [Poignard M](#), Hausswirth C, Bishop DJ, Bieuzen F. Whole-body cryotherapy does not augment adaptations to high-intensity interval training. Sci Rep. 2019;9(1):12013. [Vers l'article](#)

MINISTÈRE  
DES SPORTS  
ET DES JEUX OLYMPIQUES  
ET PARALYMPIQUES



- > 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