

UE 3 : Fatigue et récupération

Niveau d'étude
Bac +3

Composante
Faculté des sciences du sport

Présentation

Description

Contrôle de la charge d'entraînement et optimisation des procédures de récupération

Heures d'enseignement

CM CM 32h

Liste des enseignements

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
Optimisation de la performance	EC	4h			
Fatigue et récupération	EC	28h			

UE = Unité d'enseignement

EC = Élément Constitutif