

Le suivi scientifique à la LBFA

Contexte historique

Consciente de l'importance d'un suivi scientifique de ses athlètes de haut niveau, la LBFA a créé, dans les années 90, une cellule scientifique au sein de la Direction Technique. Elle confie à Jacques Duchateau, professeur à l'Université Libre de Bruxelles, entraîneur et ancien athlète, la direction de celle-ci. A cette époque, seuls des tests d'effort étaient effectués dans les différentes universités ou centres de médecine sportive mais aucun test relatif aux capacités musculaires ou de biomécanique n'était réalisé. Sa tâche fut donc de coordonner le suivi scientifique des athlètes élités au sein des différents centres et de développer un testing musculaire et biomécanique spécifiques. Il avait également pour mission de contribuer, au travers de séminaires et de colloques, à la formation continue des entraîneurs d'athlétisme.

Quelques années plus tard, cette initiative pionnière de la LBFA, a été élargie à l'ensemble des fédérations sportives en Belgique francophone et s'est concrétisée par la création du "Centre d'Expertise de la Performance Sportive (CEPS)". Appelé aujourd'hui "Centre d'Aide à la Performance Sportive" (CAPS), celui est subsidié par la Direction Générale du Sport. Il regroupe les trois universités francophones du pays ayant des laboratoires de recherche dans le domaine du sport.

Les services proposés par le CAPS aux fédérations sportives comprennent des évaluations :

- Biomécaniques ;
- Métaboliques ;
- Musculaires ;
- Nutritionnelles ;
- Psychologiques ;
- Prévention des blessures et le suivi de la réathlétisation des sportifs.

Pour plus d'info : www.capsport.be

Cet article est destiné à illustrer la longue et fructueuse collaboration entre la Direction Technique de la LBFA et le laboratoire dirigé par le professeur Jacques Duchateau, membre aussi de notre association des entraîneurs le GEFA.

Intérêt des études scientifiques

Issu du monde de l'athlétisme et intégré à un laboratoire de recherche universitaire au sein de la Faculté des Sciences de la Motricité de l'Université Libre de Bruxelles, j'ai toujours eu à cœur de mener, en parallèle à des recherches plus fondamentales sur le système neuromusculaire et son adaptation à l'entraînement, des travaux plus appliqués au "terrain" et plus particulièrement en athlétisme.

Si les tests de terrain permettent un apport plus direct pour les athlètes, les premières permettent une meilleure compréhension des méthodes utilisées, voire la mise au point de méthodes nouvelles d'entraînement en collaboration avec les entraîneurs. Il convient de souligner que si nous avons pu développer nos travaux dans ces domaines, c'est grâce à la collaboration de collègues du laboratoire, eux-mêmes spécialistes en l'athlétisme (Nathalie Guisard et Alain Carpentier), et d'entraîneurs d'athlètes de haut niveau de la LBFA.

Etudes en laboratoire

L'une des conclusions majeures de nos études dans le domaine de la musculation a été la mise en évidence de la très grande



atou Thiam (Photos News)