

Diplôme d'Université Trail running



Présentation

La formation au Diplôme Universitaire (DU) Analyse, Encadrement et Optimisation de la Performance en Trail running est organisée au sein du département STAPS UPVD de Font-Romeu.

Elle vise à approfondir les connaissances théoriques et pratiques du trail Running. Elle s'appuie sur une dynamique forte du trail running à Font-Romeu.

Cette formation s'articule à la fois sur les travaux scientifiques menés par le Laboratoire Européen Performance Santé et Altitude (physiologie de l'effort, aspects motivationnels des traileurs) que sur les compétences relevant de l'organisation d'événements de trail running sur Font-Romeu (*Killian's classic, Romeufontaine, 100 miles Sud de France*)

Il s'adresse au :

- Brevet accompagnateur Moyenne Montagne
- Encadrant de l'activité, BE, FFA hors stade, skyrunning.
- Amateur désirant mieux connaître l'activité.

Admission

Candidature

Modalités de candidature

- Etre titulaire du baccalauréat (général ou professionnel)
- Etre titulaire du Diplôme d'Accès d'Entrée à l'Université (DAEU)
- Tout diplôme jugé équivalent par la commission pédagogique.

Pour candidater :

- E-candidat
- Guide d'utilisation d'E-candidat
- Installer acrobat reader

La plateforme est fermée entre novembre et février de chaque année universitaire. Aucun dossier envoyé par courrier ou mail ne sera pris en compte

Cout de la formation

Formation initiale : 320€*

Formation continue : 470€*

*Attention ces tarifs sont donnés à titre indicatif et peuvent évoluer selon la politique tarifaire de l'Université.

Lieu(x) de la formation

- Font-Romeu

Stage(s)

Non



Renseignements

Responsable pédagogique
Grégory DOUCENDE

Administration

Scolarité UFR STAPS
04 68 30 01 51

<https://candidatures.univ-perp.fr/#!accueilView>

Programme

La formation DU Analyse, Encadrment et Optimisation de la Performance en Trail Running est dispensée en deux temps :

Partie théorique : Formation en distanciel entre septembre et décembre 2021 (supports de cours en ligne, visioconférences ponctuelles)

Partie pratique : Formation sur le site de Font-Romeu du 14 au 17 juin 2022

- UE 1 : Analyse de l'activité en Trail Running (6 heures)
- UE 2 : cadre fédéral en Trail Running (3 heures)
- UE3 : La nutrition en Trail Running (4 heures)
- UE 4 : Prévention des blessures en Trail Running (6 heures)
- UE 5 : Organisation et sécurité en Trail running (4 heures)
- UE 6 : Ressources psychologies des Traileurs (6 heures)
- UE 7 : La préparation physique en Trail Running (8 heures)
- UE 8 : Adaptation individuelle du matériel en Trail Running (4 heures)
- UE 9 : Adaptations de l'organisme lors d'un Trail en environnement extrême (4 heures)



STAPS

**UFR Sciences et
Techniques des Activités
Physiques et Sportives**
7, av. Pierre de Coubertin
66120 Font Romeu

Source du document
<https://staps.univ-perp.fr/>