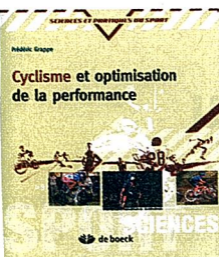


"Cyclisme et optimisation de la performance"

Maître de conférence à l'UFR-STAPS de Besançon et docteur en Sciences de la Vie et de la Santé, Frédéric Grappe s'est employé dans "Cyclisme et optimisation de la performance" à définir et



analyser les différentes variables qui sous-tendent la performance en cyclisme. Egalement titulaire du brevet d'état 2^e degré et conseiller auprès de la Fédération fran-

çaise, l'auteur relie constamment connaissances scientifiques et applications pratiques afin de permettre au lecteur de mieux appréhender les concepts développés et, en lui fournissant les outils nécessaires, de construire sa propre méthodologie d'entraînement.

"Cyclisme et optimisation de la performance" aux éditions de Boeck, collection "Sciences et pratiques du sport". 450 p. 230 x 245, 52 €.