



Bibliothèques de l'Université d'Orléans
un réseau de bibliothèques à votre service

Bibliothèque Sciences Technologies Staps










Bibliographie de documents
sur le thème
Sport et vieillissement









L'exemple de Robert Marchand, 105 ans
22,5 km parcourus en 1 heure !















Du 23 février au 24 mars 2017

VIEILLIR



-  Guélain, J., Chovet, F. & Martin-Gaujard, G. *Pour mieux vieillir, une stratégie gagnante!* Éd. X. Montauban, 2011. **618.97 POU**
-  Maslowski, J. *Histoire(s) de vieillir debout: apprendre à vieillir.* Chronique sociale, 2011. **362.6 MAS**
-  *Société, individu, vieillissement: s'adapter ou changer de modèle?* L'Harmattan, 2015. **362.6 UNI [nouvelle acquisition]**
-  Bisson, L. *Au risque de vieillir: pour une prévention de l'avancée en âge.* L'Harmattan, 2005. **362.6 RIS**
-  Alaphilippe, D. & Bailly, N. *Psychologie de l'adulte âgé.* De Boeck, 2013. **155.67 ALA**
-  Bailly, N., Giraudeau, C. & Chasseigne, G. *Gérontologie et vie quotidienne.* 2015. **362.6 BAI [nouvelle acquisition]**
-  Fernandez, L. & Bonnet, A. *Psychologie clinique du vieillissement.* In Press, 2015. **155.67 PSY [nouvelle acquisition]**
-  Le Rouzo, M. L. *La personne âgée: psychologie du vieillissement.* Bréal, 2008. **155.67 PER**
-  Fontaine, R. & Fontaine, R. *Psychologie du vieillissement.* Dunod, 2007. **155.67 FON**


ACTIVITE PHYSIQUE ET SPORT CHEZ LES SENIORS


-  Dionne, I. *Santé, activité physique et bien-être pour les seniors.* Chiron, 2012. **613.04 SAN**
-  Seners, P. *Un corps d'athlète à 60 ans: la méthode Seners.* T. Souccar Éd., 2015. **613.71 SEN [nouvelle acquisition]**
-  Louvard, A. *Gymnastique et bien-être pour les seniors: gym, forme, plaisir, prévention.* 2003. **796.08 LOU**
-  Laidet, L. *La musculation après 50 ans: [conseils et exercices spécifiques].* Amphora, 2002. **796.41 LAI**
-  Choque, J. & Quentin, O. *Gym douce pour les personnes handicapées [ou à mobilité réduite]: 400 exercices pratiques et ludiques: handicapés mentaux, moteurs et présentant des troubles associés, personnes à mobilité réduite, personnes très âgées, dépendantes ou en perte d'autonomie.* Amphora, 2007. **613.714 CHO**
-  Choque, J. *Gym douce en fauteuil roulant: des exercices pour les personnes en situation de handicap ou à mobilité réduite.* Ellébore, 2016. **613.714 CHO [nouvelle acquisition]**

-  Baron, M., Brunet, F. & Verret, C. *Gérer au quotidien son autonomie fonctionnelle: activités physiques adaptées aux personnes en perte d'autonomie*. Ed. Revue EPS, 2005. **796.08 BAR**
-  Feillet, R. & Roncin, C. *Souci du corps, sport et vieillissement: entre bien-être et prises de risque : comprendre et construire les pratiques*. Érès, 2006. **796.08 SOU**
-  Jaeger, C. de. *Le muscle, le sport et la longévité*. O. Jacob, 2011. **796.41 JAE**
-  Requena, Y. *Le qi gong anti-âge*. G. Trédaniel, 2010. **613.714 REQ**
-  Harichaux, P. & Medelli, J. *Tests d'aptitude et tests d'effort l'évaluation scientifique de l'aptitude physique*. Chiron, 2006. **613.71 HAR**
-  Hauswirth, C. & Institut national du sport et de l'éducation physique (France). *Fiches pratiques pour la récupération en sport*. INSEP, Institut national du sport, de l'expertise et de la performance, 2011. **613.71 HAU**
-  Le Gallais, D. *La préparation physique: optimisation et limites de la performance sportive*. Elsevier Masson, 2007. **613.71 PRE**
-  Lemerre, R. *Manuel de préparation physique*. Chiron, 2013. **613.71 LEG**
-  *La forme*. Lamarre, 2009. **796.08 CHO**
-  *Les fondamentaux du sport santé : 80 outils pour mieux évaluer et accompagner vos pratiquants*. 2014. **613.71 FON [nouvelle acquisition]**
-  Longuèvre, R. & Saillant, G. *Préparation physique entraînement complet*. L'Équipe, 2014. **613.71 LON [nouvelle acquisition]**
-  Maquet, T. & Ziane, R. *Sport, santé et préparation physique: contributions techniques et éclairages scientifiques pour des pratiques optimisées*. Amphora, 2010. **613.71 MAQ**
-  Geoffroy, C. & Allart, P. *Coachez votre corps 200 exercices et programmes pour être en forme*. Éd. C. Geoffroy, 2013. **613.71 GEO**
-  Vergès, S. *Activité physique: supplice ou délice?* INSERM, Institut national de la santé et de la recherche médicale : Le Muscadier, 2015. **613.7 ACT [nouvelle acquisition]**


AVANCEE EN AGE : SANTE ET NUTRITION


-  Lonsdorfer, J. *La consultation de l'aptitude physique du senior*. Éd. de l'École des hautes études en santé publique, 2010. **618.97 CON**
-  Périé, H. & Jeandel, C. *Réussir son avancée en âge: évaluation des activités physiques en gérontologie*. Frison-Roche, 1998. **613.71 REU**


 *Physical activity and health promotion: evidence-based approaches to practice.* Blackwell, 2009. **613.71 PHY**

 Ferry, M. *Nutrition de la personne âgée: aspects fondamentaux, cliniques et psychosociaux.* Berger-Levrault, 1996. **613.2 NUT**


COMME ROBERT MARCHAND... : PEDALER !

 Andrews, G., Doughty, S. & Brown, G. *Manuel d'entraînement du cycliste: forme physique et technique pour tous.* Vigot, 2011. **796.6 AND**


 Fottorino, E. *Petit éloge de la bicyclette.* Gallimard, 2007. **796.6 FOT**


 Grappe, F. *L'entraînement en cyclisme: mesure de la puissance développée.* De Boeck, 2009. **796.6 GRA**


 Judas, G. *Guide pratique du cyclosporitif.* Grimal, 2012. **796.6 JUD**


 Laurita, J. *Pratique du cyclisme anatomie et mouvements: un guide de coaching pour optimiser votre endurance et vos performances.* le Courrier du livre, 2014. **796.6 LAU**

 *Cyclotourisme à l'école: un outil d'éducation citoyenne : éducation physique et sportive.* Éd. EP&S, 2014. **796.6 FED [nouvelle acquisition]**

 Delore, M. *Cyclosporitif: route - vtt : préparation et entraînement.* Amphora, 2008. **796.6 DEL**

 Glaskin, M. & Bernard, J.-P. *Cyclisme & science: comment fonctionne le couple homme-machine ?* Vigot, 2015. **796.6 GLA [nouvelle acquisition]**

 Grappe, F. *Cyclisme et optimisation de la performance sciences et méthodologie de l'entraînement.* De Boeck, 2009. **796.6 GRA**

 Grappe, F. *Cyclisme: comprendre la technique et l'améliorer : route, cyclo-cross, piste, exercices pratiques de perfectionnement.* 2005. **796.6 GRA**

RETROUVEZ L'EXPLOIT DE ROBERT MARCHAND EN VIDEO

AFP : <https://www.youtube.com/watch?v=TZDVFnxmnl>

Billa Training : <https://www.youtube.com/watch?v=EuiaetwkcS4> (Interview d'une chercheuse)

RMC Sport : <https://www.youtube.com/watch?v=6BJfEtnQ0Jc>

France HPV : <https://www.youtube.com/watch?v=vLsXsX2NQig> (Intégrale)

AFP : <https://www.youtube.com/watch?v=t2dCmyw9zX4> (Résumée)

La Tatou : <https://www.youtube.com/watch?v=H6CINLRjtKA>

Du 23 février au 24 mars 2017