

# www.irbms.com

## Le Site de l'Institut Régional de Biologie et de Médecine du Sport de la Région Nord-Pas-de-Calais

JUIN 2007 - Lettre d'information réservée aux abonnés - n° 54

### Dossier



**Sport Passion / Santé Santé :**  
**Bien dans son corps, bien dans son sport !**

#### Spécial Dopage :

- Le cheminement d'un contrôle antidopage
- Historique du Dopage
- Les cyclistes et les produits dopants
- Alcool, sport et dopage
- Problèmes posés par la sortie de la réserve hospitalière de l'E.P.O. en France
- A.U.T. : tous les formulaires téléchargeables
- Liste 2007 des produits interdits

#### Spécial Diététique :

- Diététique 7 jours avant la compétition
- Diététique un jour avant la compétition
- Diététique le jour de la compétition
- Diététique après la compétition
- Recettes de cuisine "sportive"

**Film :** Le dernier stade

**Brochure :** Le dopage

### dopage

#### Rubriques

**Actualités :** [Formation à la préparation mentale et mise en place d'un groupe de réflexion et d'analyse](#)

**Psychologie :** [Le stress, ami ou ennemi de la performance sportive](#)

**Dopage :** [Mieux combattre le dopage : jeux de dopes, jeux de dupes !](#)

#### Diététique :

- [diététique 7 jours avant la compétition](#)
- [diététique un jour avant la compétition](#)
- [diététique le jour de la compétition](#)
- [diététique après la compétition](#)
- [recettes de cuisine "sportive"](#)

**Lire :** [Dopage, l'imposture des performances](#),  
Dr J-P. de Mondenard- Editions Chiron - 287 pages.

### STT

Toute l'équipe de l'IRBMS vous souhaite bonne visite sur le site  
[www.irbms.com](http://www.irbms.com) - [www.medecinedusport.fr](http://www.medecinedusport.fr)

Tél. : 03.20.05.68.32 Fax : 03.20.40.21.43

Maison du Sport - 367, rue Jules Guesde - 59650 Villeneuve d'Ascq  
Le site de l'Irbms est déclaré à la CNIL sous le numéro : 644591

[Se désabonner](#)

### Agenda

#### PREPARATION MENTALE - PSYCHOLOGIE DU SPORTIF

*sous la direction de Madame Nathalie Crepin, Psychologue du Creps de Wattignies*

**DATE :** JEUDI 7 JUIN 2007 de 13H30 à 17H30

Renseignements :

[www.medecinedusport.fr](http://www.medecinedusport.fr)

[Consultez le programme de toutes les formations du 1er semestre 2007](#)

#### Les compléments alimentaires

**Association Sport de la Porte du Hainaut - 14/06/07**

[Voir le programme](#)

Rens : 03.27.24.39.20

**Journée annuelle scientifique et pratique de la Pitié-Salpêtrière - Paris-07/06/07**

**Actualités en Nutrition du sportif: Poids, sports et sportifs.**

Inscription préalable obligatoire.

Rens : 01 42 17 63 56.

Fax : 01 42 17 63 52.

Courriel : [med.sport@psl.aphp.fr](mailto:med.sport@psl.aphp.fr)

**Les 8èmes Entretiens de nutrition - Institut Pasteur de Lille - 8 et 9/06/07**

Coût : 330 euros TTC les 2 jours

Rens : 03.20.87.78.15

#### A visiter

**Le site de l'Agence Française de Lutte contre le Dopage :**  
<http://www.afld.dr>

**Le Site de l'Agence Mondiale de Lutte contre le Dopage :**  
<http://www.wada-ama.org/fr/>

**Un site de proximité pour mieux connaître l'histoire du dopage :**  
<http://www.medecinedusport.fr>

**Nos partenaires**

