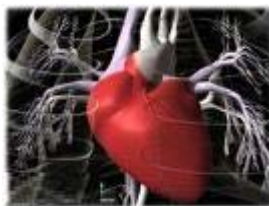


# www.irbms.com

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

OCTOBRE 2007 - Lettre d'information réservée aux abonnés - n° 58

### Dossier



#### Sport Passion / Santé Santé : A vos marques .. Prêt ? Bougez!

##### Articles :

- Activités physiques pour les adultes de plus de 50 ans
- La mort subite du sportif
- Le massage cardiaque externe
- Bougez et hypertension artérielle
- Coeur et Sport

##### Diététique :

- Les boissons au quotidien

##### Physiologie :

- Recommandations d'adaptations thérapeutiques à la pratique du cyclisme chez un sujet cardiaque
- Évaluez votre condition physique

##### Dossier documenté:

- A vos marques, prêt?... Bougez !

**Brochure** : La condition physique chez le sportif

### Agenda

Nos Formations :

#### 12ème Journée Régionale de Médecine et Kinésithérapie du Sport (sur inscription uniquement)

*Ecole du Cirque - Lomme*

**DATE** : Samedi 24 Novembre 2007

[Voir le programme](#)  
[S'inscrire](#)

#### XXVIIème Congrès de la SFMS

Grimaldi Forum - Monaco

Date : 29/11 - 01/12/07

Rens : +377.99.99.20.00

#### 5ème Congrès Médico-Sportif de la Ville de Hem

Date : 20 octobre 2007

Rens : 03.20.82.24.22

### dopage

#### Rubriques

Actualités : [A vos marques, Prêt ? Bougez !](#)

Médecine du Sport : [Effets de l'activité physique sur l'organisme](#)

Dopage : [Cannabis et sport](#)

Diététique : [Comment s'hydrater pendant l'effort ?](#)

Lire : [Mieux s'entraîner grâce au cardiofréquencemètre](#),  
Paul Van den Bosch- Chantecler - 112 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](#)

### A visiter

**Le site officiel de la Croix Rouge Française:**

<http://www.croix-rouge.fr>

**Stop à la mort subite !**

<http://www.infosports.org>

**Pour une diététique adaptée à la compétition**

<http://www.nutritiondusport.fr/>

### Nos partenaires

