

Utilisation d'une application internet pour quantifier la charge de travail chez le rugbyman de haut niveau

Julien Paulus, Christopher Russo & Arnaud Laly
Centre de formation de haut niveau - Sart-Tilman

Genèse de MyLBFR

Sportifs de haut niveau

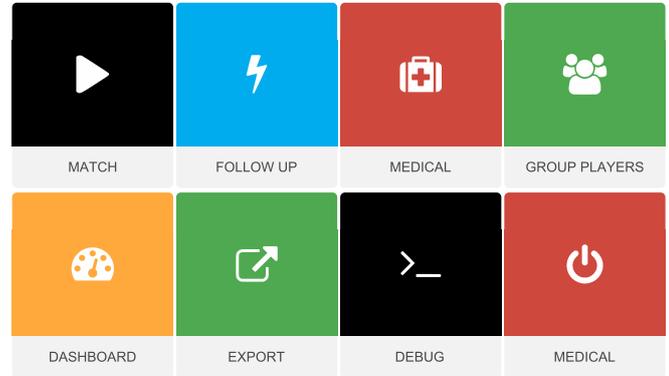
- charge de travail inhérente à la formation
- aspects technico-tactique & physique
- nombreux contextes: centre de formation, équipe nationale, club,...

surentraînement (over-reaching & training)

quantifier la charge de travail

problématique de collecte, de traitement et de centralisation des données

développement de MyLBFR, une Rich Internet Application



Utilisation

Staff technico-sportif

Encodage préalable des entraînements

validation par le joueur

Joueurs

entraînement et/ou match

création d'une entrée

blessure

fiche navette

Exploitation des données par entraîneurs, préparateurs physiques & joueurs

Nouvelle approche des cycles de travail

Indice des Charges de Travail

Manipulation,...

Sans contact,...

Opposition dirigée Match (D2, D3,...)

Opposition totale Match (D1, juniors)

Match (D1, juniors, EN)



FMS, gainage,...

Bulgare, Coordination,...

80%, isométrie, Vitesse, IT,...

Haltérophilie, Pletnev, Résistance-vitesse, IT

Médico-sportif



Consultation des autorisations de pratique

Validation



Vérification du respect des axes de travail

Traitement statistique



Type de blessure, durée, localisation, contexte,...

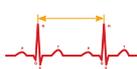


Répartition selon critères au choix

Développements futurs



Gestion à distance des équipes nationales



Collecte de données supplémentaires

Pédagogie



Sensibilisation du joueur

Liste complète des auteurs

Julien Paulus préparateur physique & doctorant ULg

Sébastien Guns coordinateur technico-sportif

Dr Stéphane Van Roy architecte IT

Contact julien.paulus@doct.ulg.ac.be

Christopher Russo préparateur physique

Arnaud Laly Chopin coordinateur médico-physique