

1er Festival Multisports International

Date : Thursday, 11 April, 2019

Sous le slogan « Vivez le sport passionnément », le 1er festival multisports international aura lieu les 13 et 14 avril au Palais des Expositions de Nice.



[1]

Le programme de cette première édition comprend des conférences, des démonstrations et des animations, toutes ayant comme objectif de célébrer le sport.

Aussi, des ateliers dédiés à l'activité physique des seniors, leur santé ou leur bien-être, sont prévus durant les 2 journées.

Parmi les intervenants de l'événement on rappelle le médaillé d'or dans la compétition sportive de boxe, présent lors des Ves Jeux de la Francophonie, tenus en Niger, en 2005, M. Oubaali Nordine (France). Il interviendra samedi, le 12 avril, sur le thème « Comment se préparer à devenir [M. Olympia](#) [2] ».

Le programme complet de l'événement est disponible ci-dessous :

SAMEDI 13 AVRIL 2019



SALLE 1

- 10H15-11H00

SPORT POUR TOUS : L'ACTIVITÉ PHYSIQUE POUR TOUS LES ÂGES
Animé par René HENÉ, préparateur physique; Saba DAGANA, entraîneur athlète et Directrice de Haut Sport Santé.
- 11H30-12H15

PLANTES QUI SE MANGENT, PLANTES QUI SOIGNENT
Animé par l'École Internationale de Naturopathie de Sophia Antipolis (EIN).
- 14H30-15H15

L'ALIMENTATION EST LA PREMIÈRE DES MÉDECINES
Animé par Grégory GIBET, naturopathe, expert en alimentation santé et micronutrition et en coaching.
- 15H45-16H45

ÊTRE SPORTIF : UNE VIE DE HAUT NIVEAU, TÉMOIGNAGES D'ATHLÈTES
Avec la participation de Jérôme LE BARRÈS, ancien kick-boxeur professionnel français de niveau mondial ; Fabrice GIGON, 17 fois Champion du Monde de Judo, 3 fois champion de France et de l'équipe de France ; Raphaël GIRAUD, Champion du Monde des poids légers WBC et EBO; MICKAËLLE, Championne d'Europe de Judo.
- 17H00-17H45

COMMENT SE PRÉPARER À DEVENIR M. OLYMPIA
Avec la participation de Shana BOUTIN, bodybuilder professionnellement sélectionnée-jénaise et actuel M. Olympia ; Angélique THERIA, Miss World Olympia 2018 ; Jim HANSEN, Président IFBB Fédération internationale de Bodybuilding et STANISLAS, bodybuilder.

SALLE 2

- 11H30-12H25

MACS7 : UNE MÉTHODE DE COACHING DIFFÉRENTE ET ADAPTÉE
Animé par Aurélien GIBET, préparateur physique et en coaching ; René HENÉ, préparateur physique et co-créateur méthode d'entraînement MACS7.
- 14H30-15H15

DÉCOUVRIR LES BIENFAITS DU YOGA ET DE LA MÉDITATION AU QUOTIDIEN
Animé par Patricia GASTON, psychosomatique, professeur de yoga et d'acupuncture.
- 15H45-17H15

DÉCOUVREZ L'IMPÉDANCE MÉTRIE INBODY ET LA PNL POUR AMÉLIORER VOTRE SANTÉ
Animé par : Catherine GILLES, psychothérapeute / Maître praticien PNL, Maître praticien en langage bioénergétique, thérapeute et conférencière.
- 17H30-18H30

GESTES ET POSTURES, ADOPTER LA BONNE ATTITUDE
Animé par Aurélien GIBET, naturopathe et coach de santé.

AUDITORIUM

- 14H30-16H00

MIEUX VIVRE L'ENTREPRISE : CRÉER DU BIEN-ÊTRE EN INVESTISSANT DANS L'HUMAIN
Dr Jérôme de Saint-Pierre, Directeur de Saint Pierre et Miquelon, Responsable de la mission « Santé au Travail » ; Philippe PÉGAS, Premier adjoint au Maire de Nice, Président du Comité d'Administration de la ville « Lignes d'Azur » ; Catherine BERTON, Présidente « Femmes Châtes d'Entreprises » de Nice Côte d'Azur et Marguerite BACCHIO, Présidente de l'association « Day Care out », Réseau d'entreprises.

[3]



[3]

Plus d'informations:

- <https://www.ericfavre-sportgames.com/> [4]
- [dossier de presse](#) [3]

Pour rappel, Nice était ville-hôte des VIIes Jeux de la Francophonie. 3 200 participants dont 2 700 concurrents et plus de 500 accompagnateurs venant de 54 États et gouvernements ont été présents à cette 7e édition des Jeux.

Source URL: <https://www.jeux.francophonie.org/en/actualites/1er-festival-multisports-international>