



Rencontre avec Alexandre Marles, directeur de la performance de l'ES La Rochelle

publié le 08/11/2021

Section sportive football féminin

Jeudi 21 octobre, les filles de la section sportive scolaire ont reçu la visite de Alexandre Marles , actuel directeur de la performance de l'ES La Rochelle. Préparateur physique au riche parcours pour différentes équipes ou structures nationales, il a accepté cette rencontre.

Les filles ont pu échanger sur ses différentes expériences professionnelles avec la sélection française lors de l'Euro 2012, avec également la sélection américaine ainsi que son expérience en tant que responsable de la performance au PSG et à l'Olympique Lyonnais, Manchester City, NBA et NFL..

Il a été abordé ensuite les sujets divers comme les facteurs de performance dans le foot féminin, la nutrition et la préparation athlétique et le renforcement musculaire haut et bas du corps. Un moment de partage enrichissant et constructif pour toutes et tous. Alexandre reviendra dans l'année, cette fois-ci sur le terrain.

