

25, bis boulevard Guy Mollet
BP 72206
44322 Nantes CEDEX 3
Tél. +33 (0)2 51 83 72 21
www.univ-nantes.fr/staps
clip-staps@univ-nantes.fr

OFFRE DE STAGE RECHERCHE
MASTER 1 ou MASTER 2 – spécialité APAS ou EOPS

Détermination de la faisabilité et de l'efficacité d'un entraînement excentrique à grande longueur musculaire des muscles fléchisseurs plantaires et des extenseurs du genou à domicile chez les personnes âgées – ANR EMULE

Période(s) de stage	Sept 2025 – juin 2026
Lieu de travail	Laboratoire Motricité, Interactions, Performance (UR 4334)
Expérience souhaitée	/
Gratification (demande O/N ?)	<ul style="list-style-type: none"> • Oui si M2 de l'UFR STAPS de Nantes avec parcours classique en spécialité APAS ou EOPS. Gratification non-ouverte pour les étudiants de M2 venant d'établissements extérieurs. • Non si étudiant.e M1 EOPS ou APAS, ou étudiant.e M2 EOPS avec double cursus kiné IFM3R
Contacts pour davantage d'informations si besoin	juliette.lancelot@univ-nantes.fr robin.souron@univ-nantes.fr
Description du projet	<p>Le projet EMULE vise à mieux prévenir la perte des capacités physiques des personnes âgées par un renforcement musculaire excentrique optimisé, réalisable à domicile. L'étude à laquelle l'étudiant.e prendra part aura pour objectif de déterminer la faisabilité et l'efficacité d'un entraînement excentrique à grande longueur musculaire des muscles fléchisseurs plantaires et extenseurs du genou à domicile chez des personnes âgées en bonne santé. L'entraînement sera composé de 24 sessions (20 réalisées à domicile en autonomie et 4 au laboratoire réalisées sous la supervision des expérimentateur.rice.s) réparties sur 8 à 11 semaines.</p> <p>L'étudiant.e participera aux sessions expérimentales avec les participant.e.s avant et après l'entraînement. Ces sessions comprendront la réalisation de tests fonctionnels (5 times Sit to Stand et Timed Up and Go), de tests de force maximale isométrique et isocinétique et de mesures de la raideur tendineuse et de la section transversale de quatre muscles (par échographie). L'étudiant.e participera également à la semi-supervision de l'entraînement à domicile (appel des participant.e.s pour le suivi, organisation et supervision des sessions d'entraînement réalisées au laboratoire, etc). L'étudiant.e participera enfin au traitement d'une partie des données expérimentales.</p>



Pôle Santé
UFR Staps

Nantes Université

Cellule Locale d'Insertion Professionnelle

*25, bis boulevard Guy Mollet
BP 72206
44322 Nantes CEDEX 3
Tél. +33 (0)2 51 83 72 21
www.univ-nantes.fr/staps
clip-staps@univ-nantes.fr*