

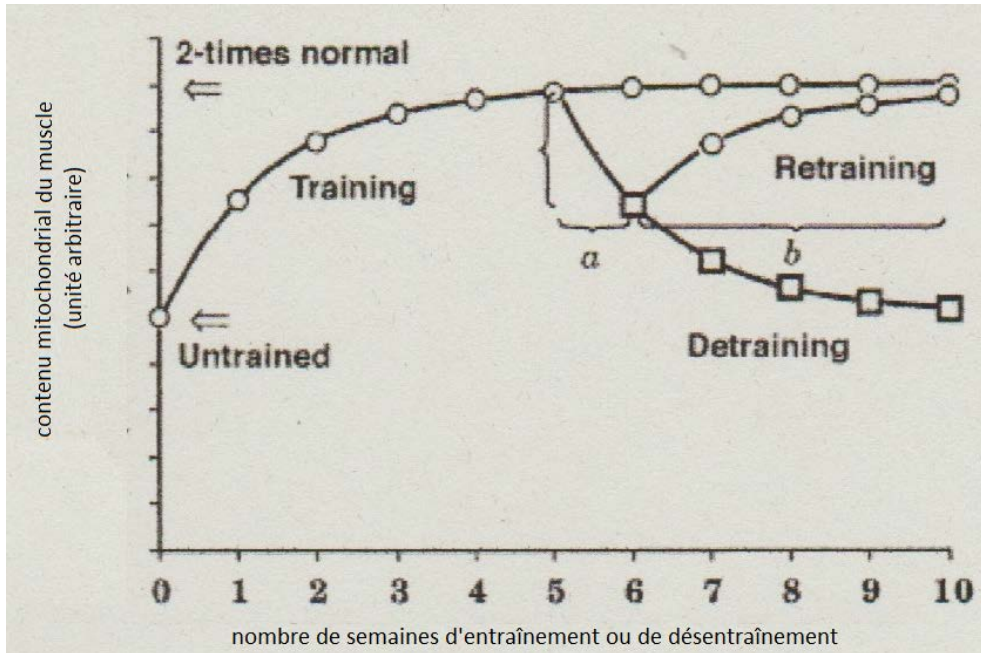
Code épreuve : **SMESA1FM** - Evaluation de programmes d'entraînement et de préparation physique : Aspects physiologiques - (UE2 M1 EOPS)

Durée : 1 heure

Enseignant responsable : C.Cordonnier

Documents non autorisés

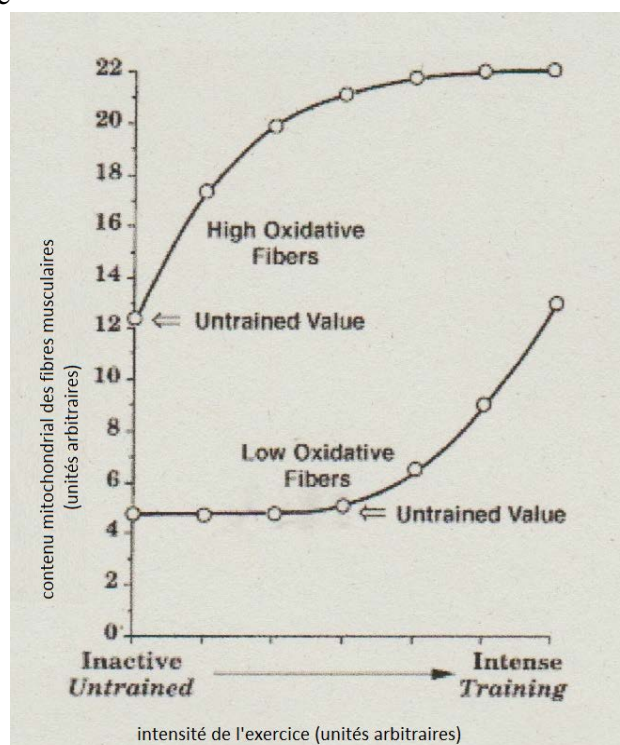
- Cette figure illustre l'évolution au cours du temps du contenu en mitochondries d'un muscle sollicité lors d'un exercice en endurance.



(d'après Booth et al 1977)

quelles informations en déduisez-vous?

- Rappeler les différents types de fibres musculaires et leurs principales caractéristiques. La variation du contenu mitochondrial est-elle présente dans tous les types de fibres en réponse à ce type d'entraînement? (Analyser et aider vous de l'analyse de la figure suivante), Détailler votre réponse



- Cette adaptation est-elle la seule observée dans le muscle lors d'un entraînement en endurance?
- L'entraînement en force a-t-il le même effet sur le contenu mitochondrial?
- En conclusion, montrer, par un schéma très général, comment l'exercice peut entraîner des variations du phénotype musculaire.