



18-21 mai 2023

Stage Trail et Performance Sport & Diabète

La Clusaz (Haute Savoie – 74220)

L'USD et le docteur Muriel Tschudnowsky de l'UTEP de Dole proposent un **stage d'optimisation de la gestion du diabète de type 1** dans la pratique du trail.

A qui s'adresse ce stage ?

Ce stage de 3 jours (arrivée jeudi en fin de matinée, départ dimanche après-midi) est réservé à 10 traileurs confirmés, diabétiques type 1.

Où se déroule ce trail et comment est-il encadré ?

La Clusaz vient du patois «cluse», qui signifie «passage entre deux montagnes». Le village se situe à 1040 m d'altitude, au pied de chaîne des Aravis, à 30 mn d'Annecy et non loin de Genève. Ce village authentique et accessible, entre vallées et cols, compte 1789 habitants et vit toute l'année, en cultivant un certain art de vivre, bien au-delà de son domaine skiable réputé. Terre riche de champions et de traditions, d'histoires et d'innovation, La Clusaz est tournée vers l'avenir.

Les stagiaires seront accompagnés par une équipe médicale et paramédicale traileuse, spécialisée en stages «sports et diabète».

Comment s'inscrire ?

Complétez et retournez le bulletin de pré-inscription ci-joint. Un questionnaire médical, sportif et documents «d'éducation thérapeutique» vous sera alors envoyé. Vous devrez le retourner au Dr. Tschudnowsky qui validera votre inscription.

Contacts : Jérôme Trublet – Muriel Tschudnowsky :
contact@unionsportsetdiabete.fr



UNION SPORTS & DIABETE
49, rue de Chatenay, Bretagne 2
92160 ANTONY
Contact@unionsportsetdiabete.fr



UTEP (Unité Transversale d'Éducation et de Prévention)
Centre Hospitalier Louis Pasteur
Avenue Léon Jouhaux - 39100 DOLE
Tél. 03 84 79 68 55

Conditions de participation

- ◆ Être diabétique insulino-traité DT1
- ◆ Traileur confirmé
- ◆ Cotisation USD 2023 à jour (23 €)

Équipe d'encadrement

Organisateurs :

- ◆ Jérôme Trublet (USD)
- ◆ Dr Muriel Tschudnowsky (UTEP Dole)

Médecins diabétologues :

- ◆ Dr Muriel Tschudnowsky (UTEP Dole)
- ◆ Dr Paule Combaud (Besançon et Pontarlier)

Infirmière :

- ◆ Sandrine Dumont (IDE spécialisée en diabétologie – UTEP Dole)

Hébergement

- ◆ Chalet du Bossonnet
2 sentier du Bossonnet
74220 La Clusaz
- ◆ GPS : Latitude 45.9055751833839
Longitude 6.43233030147524
N 45°54' 20.0694" - E 6°25' 56.388"
- ◆ Pension complète

Tarif

- ◆ 200 €.
- ◆ Adhésion 2023 : 23 €.
- ◆ **Comprenant** l'hébergement (draps inclus), les repas (sauf jeudi et dimanche midi), le ménage et l'assurance pour les 3 nuits.
- ◆ **Ce tarif n'inclut pas** vos frais de transport A.R. ni le linge de toilette, les restaurants (facultatifs), les sorties festives, le ravitaillement de course.