

R-REVOLUTION SANTE

le centre d'optimisation santé référence des sportifs

Le navigateur Gwenael Gbick, skipper de l'Ecurie MADE IN MIDI réalisera des évaluations santé le 30 juillet avant sa course Generali Solo

Premier centre d'optimisation santé en France, R-Révolution Santé propose une approche globale et personnalisée de sa santé permettant à chacun d'en devenir acteur et de prévenir les maladies de civilisation.

Convaincus par ces méthodes combinant des évaluations médicales et scientifiques au moyen de matériel innovant et performant : évaluation de la masse musculaire par absorption biphotonique (DXA, anciennement DEXA), épreuve d'effort cardio métabolique, bilan biométrique et biologie prédictive, analyse (sur échantillon de salive) des polymorphismes génétiques : les sportifs de haut niveau plébiscitent cet établissement pionnier.

Après la visite de deux professionnels du Hand Ball le 17 juillet ; c'est maintenant au tour du navigateur Gwenaël Gbick, de venir faire une escale et de profiter des équipements, de l'expertise et du cadre de R-Révolution Santé.

Le programme Santé de Gwenaël Gbick

Au programme de ce skipper, au palmarès émérite, une approche complète incluant évaluations, activités physiques, alimentation santé et détente. Cette journée lui permettra de faire un point sur sa santé avant et après une course au large : La Generali Solo Sète-Nice-Barcelone qui aura lieu du 20 septembre au 4 octobre.

Grâce à une équipe pluridisciplinaire composée de professionnels de la santé (médecins, psychologues, masseurs-kinésithérapeutes, coaches en activité physique, de diététiciens-nutritionnistes...) le navigateur bénéficiera de conseils en santé pour préparer sa course au mieux !

Son objectif, outre l'évaluation de sa forme physique, est de convaincre les jeunes navigateurs de l'importance d'une bonne préparation physique et de la prévention santé... même quand on est sportif de haut niveau !

Les spécificités physiques des navigateurs vues par un Médecin

Comme le relève le Dr Bourgouin, pneumologue, nutritionniste et Directeur Médical et Scientifique du groupe de santé Fontalvie, les navigateurs en solitaire sur les courses longues se plaignent d'une perte de masse musculaire.

Sur le plan médical, plusieurs hypothèses directement en lien avec leur mode de vie, sont envisageables :

- 1- **Des repas lyophilisés** dont la composition ne couvre peut être pas tous les besoins en anti-oxydants de ces sportifs soumis à un stress oxydant particulièrement important.
- 2- **Un dérèglement des sécrétions endocriniennes** en lien avec la construction musculaire (hormone de croissance, cortisol) du fait d'un sommeil polyphasique qui induit une perte du rythme nyctéméral de ces sécrétions.
- 3- **Une sollicitation prédominante des fléchisseurs des membres inférieurs** au détriment des extenseurs qui représentent habituellement la masse musculaire la plus importante chez l'homme et qui pourraient "fondre" par manque de sollicitation.

Et bien d'autres pistes encore.

Le challenge du Centre d'Optimisation Santé R-Révolution Santé à Montpellier est donc de trouver la clé de l'énigme et de donner à Gwénael Gbick des conseils personnalisés pour éviter cette perte de masse musculaire.

A propos de R-Révolution santé

R-Révolution Santé est le 1er Centre d'Optimisation Santé en France, qui prend en compte les habitudes de vie et permet à chacun d'être acteur de sa santé au moyen de thérapies non médicamenteuses, en travaillant sur 5 domaines : l'activité physique, la nutrition, le sommeil, les émotions et la mémoire.

Conçu pour prendre soin de soi, le centre R-Révolution Santé accueille les « actients » sur 4 niveaux hauts en couleur. Accompagnés et conseillés de manière personnalisée, les actients disposent d'une infrastructure complète qui répond à tous les besoins de notre époque : un institut dédié à la forme et à la détente, un restaurant alimentation santé plaisir, des ateliers d'activités physiques variés et accessibles à tous, un plateau d'entraînement doté de matériel haut de gamme, un espace aquatique et un SPA de qualité. L'équipe de coaches santé est composée de kinés, professeurs d'éducation physique, psychologues, diététiciens- nutritionnistes, esthéticiennes, ostéopathes, sophrologue, etc. vous accueille pour vous offrir un accompagnement sur mesure, au service de la santé.

A propos de Made in Midi et Gwénael Gbick

Créé en 2013 sous l'impulsion de Kito De Pavant, MADE IN MIDI est une Ecurie de Course au Large. Après 2 années d'existence, les résultats sont déjà au rendez-vous : deux courses Transatlantiques réalisées dont une Superbe 3e place pour Kito sur la « Route du Rhum » 2014, des études dans le domaine médical sont en cours (sur le Sommeil notamment) ainsi que des travaux de recherche dans les technologies de pointe, des *Opérations Incentive* ont été mise en place à bord de nos bateaux de course...

Pour 2015, un programme de courses ambitieux : Tour de France à la Voile, Solitaire du Figaro, Generali Solo, Transat Jacques Vabre et le Prochain Vendée Globe en Novembre 2016.

Palmarès de Gwen Gbick, Navigateur Made In Midi :

- 2 campagnes olympiques (Barcelone 1992 & Sydney 2000),
- 2 Tours de l'Europe (victoire d'étape à Barcelone en 2009),
- 4 Tours de France à la Voile (victoire en 2003),
- 3 Championnats de France de Match-Racing (victoire en 1994),
- 2 victoires en Coupes Nationales (1990 & 2003),
- 19 000 milles nautiques parcourus à bord du 60' Imoca « Groupe Bel » (2008 à 2012)

Contacts presse :

Séverine Oger

severine@escalconsulting.com

01 44 94 95 71



Louis Davin

louis@escalconsulting.com

01 44 94 95 67

06 60 23 99 26