



## L'INSEP À L'HEURE DU COVID !

L'Institut s'adapte au contexte de crise sanitaire  
et assure la continuité de la performance sportive

Du 23 juillet au 8 août prochains – soit dans moins de 200 jours - les Jeux Olympiques et Paralympiques de Tokyo auront lieu ! Un défi de taille pour les sportifs de haut niveau après une année déstabilisante. Un challenge aussi pour l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance (INSEP) qui prépare les athlètes français et accompagne les équipes d'entraîneurs et d'encadrement.

Depuis le début de la pandémie, l'INSEP est resté opérationnel et tous les agents ont été mobilisés pour assurer la continuité des missions. Pour cela, la Direction de l'établissement a mis en place des moyens, à la fois humains et financiers importants, et a adapté tant les modalités de collaboration avec les fédérations accueillies (résidentes et en stage), que l'organisation quotidienne des activités sur le site.

### Une bulle d'accompagnement à la performance

Pour garantir aux sportifs la possibilité de continuer à s'entraîner en toute sécurité, l'INSEP s'est érigé comme une bulle olympique et paralympique dédiée à l'entraînement, en vue de Tokyo. L'établissement a ainsi choisi de limiter le brassage des populations et de préserver avant tout les athlètes olympiques et paralympiques qui rencontrent souvent des difficultés à trouver des lieux d'entraînements sécurisés, et voient avec la pandémie une source de stress supplémentaire dans leur préparation.

L'INSEP dispose d'infrastructures uniques et des installations sportives d'envergure, qui permettent d'inventer de nouveaux formats. D'entraînement, notamment pour les sports de combat (lutte, judo, boxe, taekwondo) et les sports collectifs (basket-ball, football féminin) pour lesquels l'INSEP a mis en place des roulements dans l'occupation des espaces, ainsi que des plannings resserrés de nettoyage, qui limitent les risques de contamination. Et de nouveaux formats de confrontation, l'INSEP organise ainsi des rencontres sportives (sans public) pour mettre les athlètes dans des situations proches de la compétition, et de rencontrer d'autres compétiteurs, éléments clés dans leur préparation olympique.

*« Le rôle de l'INSEP qui travaille aux côtés des fédérations est de rester un repère familier et rassurant pour les athlètes et les entraîneurs, en donnant un cadre et un environnement à la programmation sportive. En vue des Jeux, nous avons su mobiliser des moyens financiers conséquents et exceptionnels pour optimiser nos services d'accompagnement à la performance »* explique Ghani Yalouz Directeur général de l'INSEP.

Cette réorganisation a été adaptée au caractère sensible des sportifs, pour lesquels des protocoles ont dû être inventés, afin de maintenir leur équilibre physique et psychologique.

## Une gestion complexe pour un site d'envergure

Plus avant, l'Institut est un campus qui n'a pas réduit ses activités et accueille chaque jour une vingtaine de fédérations avec leurs 800 athlètes et leurs 150 entraîneurs. Son établissement scolaire accueille environ 170 élèves hébergés en internat. L'INSEP est aussi un lieu d'innovation scientifique, technologique et numérique, avec des équipes dédiées.

Pour maintenir cet accueil, une réorganisation de l'ensemble du campus a été mise en place :

- À la scolarité, l'organisation des cours s'est adaptée aux contraintes sanitaires ; les études supérieures, notamment organisées par des conventions avec les grandes écoles et universités partenaires ont été maintenues à distance
- Dans les espaces collectifs dont la restauration, des protocoles stricts ont été mis en place pour assurer la continuité du service et la circulation des usagers
- Une gestion spécifique des déplacements des sportifs sur des compétitions ou des stages, en France et à l'étranger, a été mise en place : tests PCR et suivi dédié ont été démultipliés.

## Le pôle médical de l'Insep au cœur du dispositif :

Depuis le début de l'épidémie, les équipes médicales ont recensé environ 123 cas positifs à la Covid-19. L'accent a été particulièrement mis sur la prévention et la détection : chaque cas de Covid avéré est mis à l'isolement, avec un accompagnement spécifique lié à la rupture pour le sportif de ses objectifs de performance et à l'éloignement de son équipe d'entraînement ; et les cas contacts sont immédiatement identifiés. Outre la gestion des cas avérés, le Pôle médical de l'INSEP s'est particulièrement mobilisé pour assurer l'accompagnement des sportifs. Dès la sortie du premier confinement, les équipes médicales ont effectué des bilans pour s'assurer de la bonne forme des sportifs en prévision de la reprise des entraînements et des compétitions.

- Bilan clinique global : avec anthropométrie (évaluation masse grasse, taille, poids) examen général (si certains étaient blessés / rééducation à distance)
- Bilan psychologique : à travers un questionnaire sur les conditions de vie (comment ils se sont entraînés, comment ils ont vécu les confinements, etc.)
- Bilan cardiologique : un focus particulier sur ceux qui étaient atteints avec pour certains IM cardiaque + bilan d'effort + échographie cardiaque + électrocardiogramme

Sur cette base, dès le mois de mai, les sportifs cas Covid ou cas contacts, dont le bilan s'avérait sans anomalie détectable, ont été autorisés à reprendre progressivement le chemin de la piscine, de la piste ou des gymnases en veillant à respecter une période de réathlétisation de 4 semaines environ avant la reprise de l'entraînement classique. Des tests de profilage physique et psychomoteur spécifiques ont été proposés par le service réathlétisation pour évaluer les éventuels « dégâts » occasionnés par la période de confinement. Un protocole similaire à celui proposé en cas de blessure. Une attention particulière est portée à la dimension psychologique durant cette crise sanitaire, un accompagnement que l'INSEP a renforcé auprès des athlètes mais aussi auprès des cadres sportifs pour eux-mêmes et pour être plus pertinents aux côtés de leurs athlètes.

*« Je suis particulièrement reconnaissant des moyens mis à notre disposition par l'INSEP pour assurer la continuité dans mon entraînement. La reprise s'est effectuée dans un climat de confiance totale, après avoir passé une batterie de tests j'ai pu reprendre le*

*chemin des pistes tout en restant concentré sur mon objectif principal, les JOP de Tokyo 2021 ». Enzo Lefort, champion du monde 2019 Fleuret*

*À propos de l'INSEP :*

*Acteur de référence de l'écosystème sportif national et international, l'INSEP accueille la plupart des fédérations olympiques et paralympiques, 18 fédérations résidentes, et accompagne ainsi 800 athlètes et 150 entraîneurs dédiés à la performance. L'institut constitue un lieu unique, d'entraînement et de vie, mais aussi de recherche et d'études sur le sport, où les ressources sont mobilisées pour développer avec chaque sportif un parcours sur mesure. Dédié à l'expertise la plus innovante dans le champ du sport, l'INSEP figure au cœur des prochains rendez-vous internationaux et constitue un pré-village Olympique inédit dans le monde.*

[www.insep.fr](http://www.insep.fr)

CONTACTS PRESSE :

Agence Shadow Communication

Aurélie Vinzent – 06 58 66 80 49 – aurelievinzent@shadowcommunication.fr

Karima Doukkali – 07.77.36.64.10 – karimadoukkali@shadowcommunication.fr

Maryline Pilorge – 06.12.57.15.37 - marylinepilorge@shadowcommunication.fr