

# Etude 1 :

## Objectifs :



Comparer le comportement musculo-tendineux entre les personnes jeunes et âgées



Comparer le comportement musculo-tendineux entre des exercices contrôlés (avec des équipements de recherche) et des exercices écologiques (réalisables à domicile sans matériel)



- 15 jeunes adultes
- 15 personnes âgées

→ parité homme/femme et même niveau d'activité physique



2 sessions expérimentales de 3h

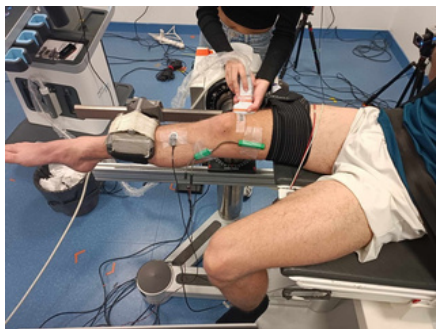


Mesures réalisées :

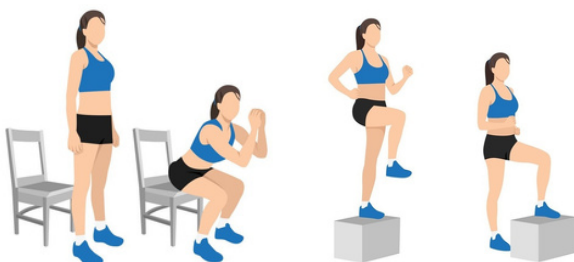
- Activité électrique des muscles par électromyographie de surface
- Angles articulaire avec un goniomètre électronique et de la capture de mouvement
- Comportement du muscle et du tendon avec deux échographes

## SESSION 1

- 1 Réaliser des contractions maximales et sous-maximales des quadriceps (muscles de l'avant de la cuisse) sur un ergomètre isocinétique

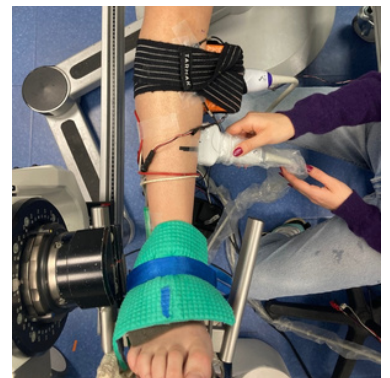


- 2 Réaliser deux exercices écologiques



## SESSION 2

- 1 Réaliser des contractions maximales et sous-maximales du triceps sural (muscles du mollet) sur un ergomètre isocinétique



- 2 Réaliser deux exercices écologiques

