

Je perçois l'Internet comme une source de connaissances permettant de partager et de transmettre son expérience. Le site s'améliore au gré des remarques, des critiques et des conseils que je reçois. C'est un processus itératif qui je l'espère améliore sans cesse la qualité du contenu.

J'ai reçu beaucoup d'emails, de posts de contributeurs. Je tenais à les en remercier.

•

## CONTRIBUTEURS

- **Chapitre diététique**  
**Gérard Rollando** et à **Vincent Haag** pour leurs nombreuses contributions.
- **Chapitre pilotage**  
**Julien** (Un expat. de Hong-kong !!! si si je vous jure que c'est vrai 😊) pour avoir permis à cette rubrique de s'enrichir une façon substantielle.
- **Lexique**  
**Cyrille ROUTIER** de l'équipe [cyclingtrainerpro.com](http://cyclingtrainerpro.com) pour avoir contribué à ce lexique.
- **Rubrique entraînement**  
**Benjamin Gerardin** entraîneur et préparateur physique diplômé qui a pris la peine de parcourir mes écrits afin d'apporter des corrections et des remarques toujours constructives  
**Cyril Tiné** préparateur physique qui m'a fourni qqs plans d'entraînements pour 2005.
- **Jean-Paul Stéphan** (coureur du team Lapierre, champion du monde Master2 VTT 2004-2005 et animateur de la rubrique "l'envers du vélo" ) d'avoir pris la peine de parcourir mes écrits et de m'avoir encouragé à améliorer cette rubrique.

•

## FORUMS

- Aux nombreux forums et forumeurs qui contribuent très largement à la connaissance de cette rubrique.

•

## BIBLIOGRAPHIE

- **Rouler plus vite (Jean-Paul Stéphan)**  
ISBN 978-2-915418-24-8
- **Physiologie de l'activité sportive**  
ISBN 2-224-02651 X
- **Physiologie du sport et de l'exercice**  
ISBN 978-2-8041-5018-1
- **Physiologie du sport**  
iISBN 978-2-294-70248-8
- **Cyclisme et optimisation de la performance**  
ISBN 2-8041-4894-7
- **Manuel d'entraînement**  
ISBN 2-7114-1298-9
- **Cyclisme moderne "préparation et entraînement"**  
ISBN 9-782851 806802
- **Mieux s'entraîner grâce au Cardiofréquencemètre**  
ISBN 2-913166-05-9
- **L'entraînement cycliste personnalisé**

ISBN 2-913166-14-8

- **Mini-guide de l'entraînement fractionné**  
ISBN 2-913166-02-4
- **La pleine puissance en cyclisme**  
ISBN 2-782913 166097
- **Le Cyclo Sportif (Préparation et entraînement)**  
ISBN 9-782851 805539
- **Entraînement mental du sportif**  
ISBN 9-782851 805898
  
- **Manuel de préparation mental**  
ISBN 9-782702 707296
  
- **Magazines Cyclo Sport**
- **Magazines Cyclo Santé**
- **Magazines Sport-et-Vie**