

## RÉSUMÉ

La récupération, indéniable facteur de performance, et son corollaire, la fatigue, font l'objet de nombreuses études chez les athlètes valides. Cependant, peu sont réalisées chez des athlètes handisport. De plus, l'encadrement sportif ne dispose que de peu d'outils spécifiques d'évaluation dans ce domaine.

Parmi, les outils et échelles concernant la fatigue, quels sont ceux utilisables pour cette population ?

C'est dans ce contexte et auprès d'une population de 10 athlètes de l'équipe de France Handi-Aviron (H.A.) que nous étudions l'utilisabilité de différentes évaluations sélectionnées. Nous déterminons des outils et des échelles susceptibles d'être fiables et sensibles à la fatigue. Nous proposons ensuite un pré protocole d'étude de terrain et utilisons ces différents tests et échelles. Cette batterie de tests est réalisée lors d'une compétition sur ergomètre. Les rameurs concernés effectuent par ailleurs une Récupération Active (R.A.).

Après discussion des résultats et vérification de l'hypothèse, nous évoquons l'intérêt de l'utilisation de certains de ces tests et échelles lors de recherches futures sur la récupération chez des athlètes de cette discipline. Certains de ces tests pourraient être utiles dans la gestion de la fatigue et être utilisés quotidiennement par l'encadrement médical ou sportif, pour anticiper un état de surentraînement par exemple.

**MOTS-CLÉS** : aviron, handisport, fatigue, récupération active, échelles d'évaluation.

**KEYWORDS** : rowing, sport with disabilities, fatigue, active-recovery, scales.