

# Christophe Pourcelot

---



Pays : **France**

Langue : **Français**

Sexe : **Masculin**





Note : Préparateur physique spécialiste des arts martiaux, concepteur de la méthode IMPACT (Intensité maximale Pourcelot advanced cross-training). - Instructeur à la Police nationale (en 2011)

Site Web : <http://www.impact-crosstraining.com> (Date de consultation du site : 2014-03-28)  
(Site **archivé par la BnF** depuis le 14/12/2013)





ISNI : **ISNI 0000 0001 3924 1686** ([Informations sur l'ISNI](#))

## Christophe Pourcelot : œuvres (10 ressources dans data.bnf.fr)

### Œuvres textuelles (6)

Homo athleticus (2019)		HIIT, méthodologie, guide des mouvements, planifications (2016)	
IMPACT 357, préparation physique pour intégrer les différentes forces d'intervention, police nationale, armée, sapeurs pompiers (2015)		Sangles de suspension, musculation et préparation physique, fondamentaux, exercices et programmes spécifiques (2014)	
100 % cross-training, guide des mouvements, planification, méthodologie, puissance, explosivité, force, endurance, équilibre, coordination (2013)		Méthode IMPACT, décuplez vos performances musculaires, force, volume, puissance, explosivité (2011)	

### Œuvres mixtes (4)

Les misfits, le fitgame en PLS (2021)		Séances de cross-training, 40 séances de 20 minutes sans matériel, 3 niveaux de difficulté (2019)	
Séances avec sangles de suspension, 60 séances de moins de 15 minutes, 3 niveaux de difficulté (2019)		La bible de la musculation au poids de corps (2018)	

## Thèmes en relation avec Christophe Pourcelot (4 ressources dans data.bnf.fr)

### Sports et jeux (3)

Entraînement (sports)		Exercices physiques	
Musculation (exercices physiques)			

Médecine (1)

Exercices physiques



Personnes ou collectivités en relation avec "Christophe Pourcelot" (7 ressources dans data.bnf.fr)

Personnes ou collectivités liées en tant que auteur du texte (7)

Frédéric Caverne



Olivier Hermeline



Lezec



Frédéric Mompou



Robert Paturel



Frédéric Pourcelot



Maxence Vidal



Voir aussi (4 ressources dans data.bnf.fr)

À la BnF (1)

Notice correspondante dans Catalogue général

Sur le Web (3)

Notice correspondante dans IdRef

Notice correspondante dans ISNI

Notice correspondante dans VIAF