

Semaine 9 :

Ressources mises à disposition	Visio + PDF
Formateur ressource	Christophe DAMIEN
Cours concerné	Perte de poids
Devoir	<p>À la suite du visionnage du cours, répondez aux questions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Définissez l'anabolisme et le catabolisme</li> <li>- Définissez le métabolisme basal</li> <li>- Citez et expliquez les calculs du métabolisme basal</li> <li>- Quelles sont les différentes méthodes de perte de poids ? Expliquez-les</li> <li>- Donnez les méthodes pour calculer le taux de masse grasse</li> <li>- Quels sont les risques pour une femme ayant un taux de masse grasse inférieur à 10% ?</li> </ul>
Date de rendu de devoir	Mardi 2 Décembre 2025