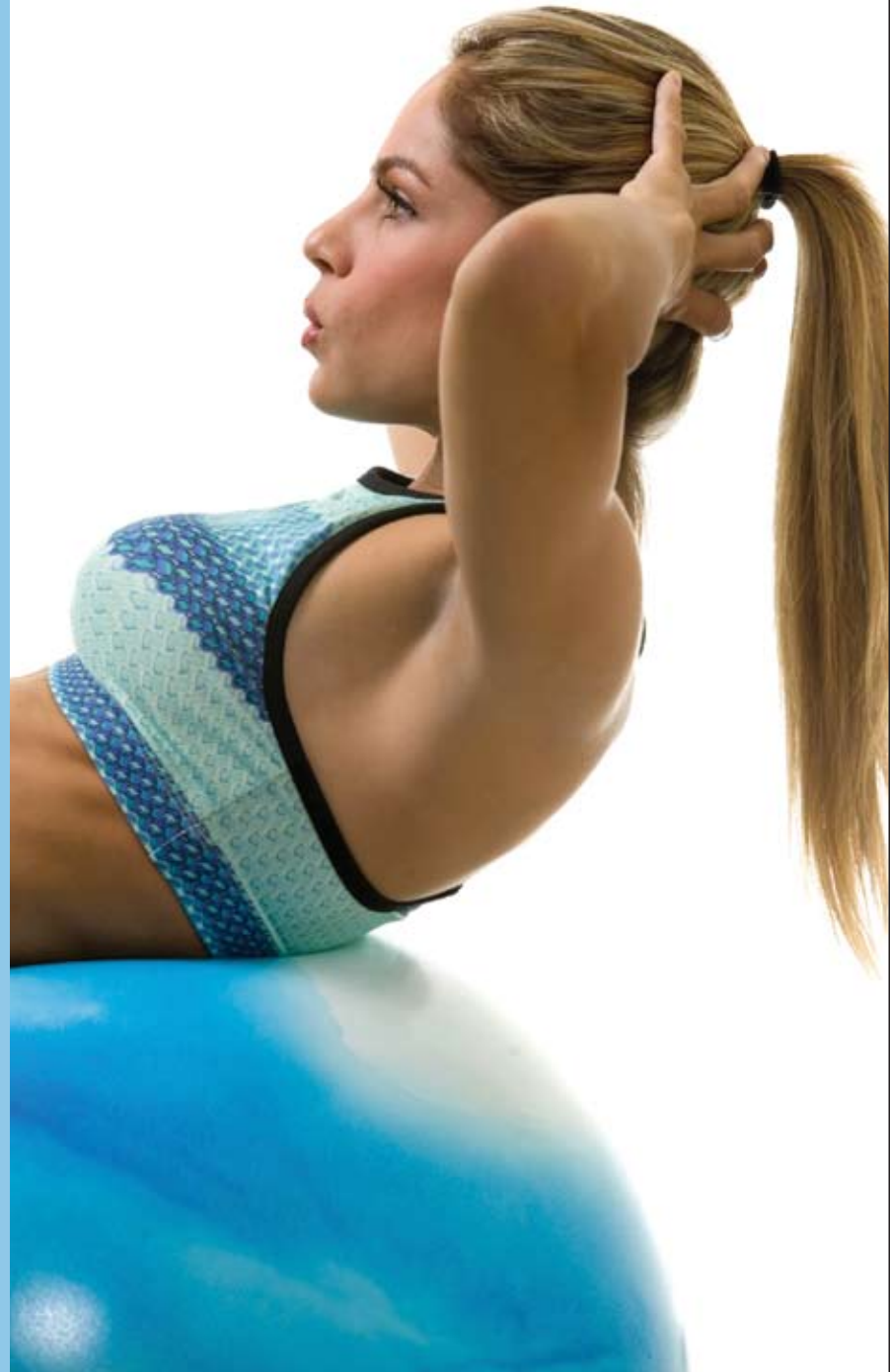


Jeudi le 22 janvier 2009

# SOIRÉE FORMATION CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

avec **Andrew Lissade**

kinésologue et ex-athlète canadien en course de haies



## POUR QUI ?

Tous ceux et celles qui s'entraînent occasionnellement ou de façon régulière et qui sont avides de renseignements pour améliorer leur conditionnement physique et éviter les blessures.

## POUR QUOI ?

Pour améliorer vos connaissances des différents types d'entraînement et prévenir des blessures potentielles. Pour acquérir les outils pour vous créer un programme d'entraînement en salle ou à la maison.

## PAR QUI ?

**Geneviève Dumont-Carey**, physiothérapeute et sportive accomplie ayant travaillé auprès d'une clientèle sportive de tous les niveaux. Elle est également physiothérapeute pour le volleyball masculin de l'Université de Montréal.

**Andrew Lissade**, kinésologue travaillant auprès d'athlètes de tout niveau, dont la clientèle étudiante secondaire et universitaire, et auprès des Alouettes de Montréal. Ancien athlète canadien en course de haies.

## QUAND ?

**Jeudi le 22 janvier 2009**

19 h 30 à 21 h 00

## OÙ ?

**PHYSIOACTIF**

3224, avenue Jean-Béraud  
bureau 220, Laval

## COMBIEN ?

**Entrée gratuite, faites bénéficier vos compagnons d'entraînement de cette opportunité !**

Nombre de places limitées

Réservation requise auprès  
de Nicole Asselin  
450 688-7497



**PHYSIOACTIF**

PHYSIOTHÉRAPIE SPORTIVE

[www.physioactif.com](http://www.physioactif.com)