

POUR QUI ?

Le cycliste récréatif, sportif ou élite qui est avide de renseignements pour améliorer ses performances et éviter les blessures.

POUR QUOI ?

Pour comprendre et prévenir vos blessures. Divers sujets seront abordés tels le positionnement sur le vélo, les étirements, le réchauffement et la progression de l'entraînement en saison.

PAR QUI ?

Geneviève Dumont-Carey, physiothérapeute et sportive accomplie. Elle soigne des sportifs de tout niveau, présentement elle est physiothérapeute auprès des Carabins-volleyball masculin.

Sébastien Travers, kinésiologue et cycliste, entraîneur niveau III PNCE, entraîneur-chef du Centre national de cyclisme de Bromont.

QUAND ?

Mardi le 5 mai 2009
19 h 30 à 21 h 00

OÙ ?

PHYSIOACTIF
3224, avenue Jean-Béraud
bureau 220, Laval

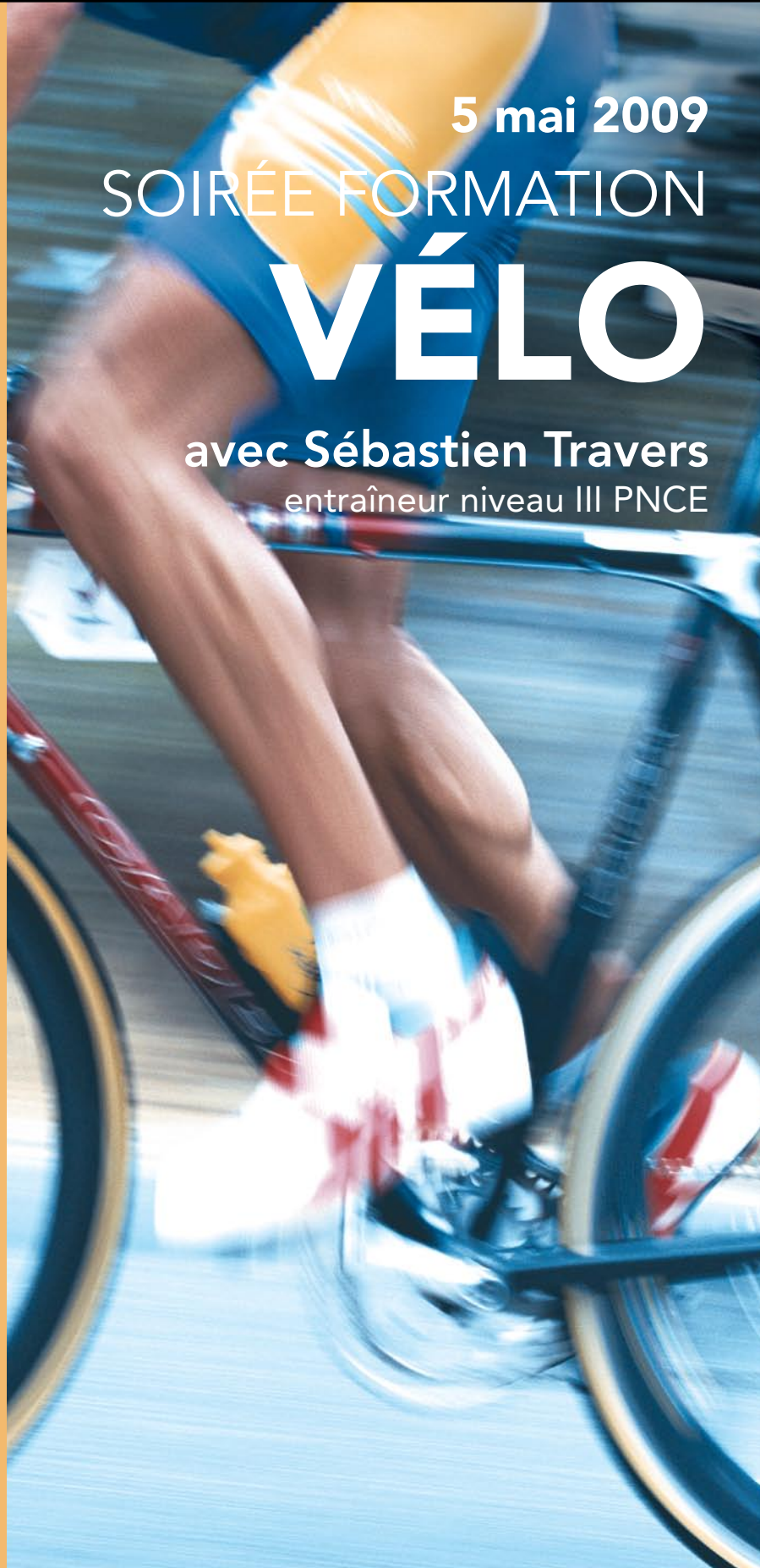
COMBIEN ?

Entrée gratuite, faites bénéficier vos compagnons de route de cette opportunité!

5 mai 2009

SOIRÉE FORMATION VÉLO

avec **Sébastien Travers**
entraîneur niveau III PNCE



Nombre de places limitées
RSVP Nicole Asselin
450 688-7497



PHYSIOACTIF
PHYSIOTHÉRAPIE SPORTIVE

www.physioactif.com