



**MAXIME**  
**LAFOND**

**ENTRAINEUR**

**QUALIFICATIONS**

- Académie Quantum
- Entraîneur 101 Quantum
- The omni-contractions training system 2 The Methods. ThibArmy
- Aat institut d'apprentissage et pratique (Formation Ultime de l'entraîneur)
  - Séminaire Christian Thibodeau, Intensité et volume
  - Plus de 7 ans d'entraînement en salle

**EXPÉRIENCE**

- Mike Clément naturel ( 2 médailles d'or)
- Classic Naturel Popeye ( 2 médailles d'or)
- Natural Canada Toronto Proqualifer ( 2X 4e position)
- Athlète de bodybuilding niveau national

**SPÉCIALISATION**

- Saines habitudes de vie et changement de comportement
  - Perte de poids et gains en masse musculaire
  - Motivation, encadrement et plan alimentaire
- Suivi complet pour une transformation de compétition ou fitness

**CONTACTEZ MAXIME :**

**SUCCURSALE DE  
ST-APOLLINAIRE  
(418) 425-4172**

 **MAXI-FORME**  
PARTENAIRE DE VOTRE SANTÉ **24H**