



JEAN-FRANÇOIS
LALIBERTÉ

ENTRAÎNEUR

FORMATION

Quantum training - Entraîneur 101
Quantum training - l'Académie Quantum

EXPÉRIENCE

15 ans d'entraînements avec entraîneurs
Multiples bootcamps (thibarmy)
Basket-ball (collégial)
Football (collégial)
Entraîneur basket ball (scolaire)

SPÉCIALISATION

Initiation à l'entraînement
Prise de masse
Perte de poids
Gain de force
Technique d'entraînement
Motivation
Conseil nutrition

CONTACTEZ JEAN-FRANÇOIS :

SUCCURSALE DE LÉVIS
(418) 837-1159

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