

## Entraîneur

### FORMATIONS

- ATARAXIA CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET ENTRAÎNEMENT PRIVÉ
- COACH EXPORT NUTRITION SPORTIVE NIVEAU 1
- COACH EXPORT NUTRITION SPORTIVE NIVEAU 2
- BALLISTIC ADVANCED TRAINING INSTITUTE : LES ESSENTIELS DE L'HYPERTROPHIE
- BALLISTIC ADVANCED TRAINING INSTITUTE : LES ESSENTIELS DU NEUROTYPING
- KILO STRENGTH SOCIETY: ONLINE PROGRAM DESIGN COURSE
- ENTRAÎNEMENT QUANTUM: L'ACADÉMIE QUANTUM
- ENTRAÎNEMENT QUANTUM FORMATION EN LIGNE :PROGRAMMATION, PÉRIODISATION ET NUTRITION

### EXPÉRIENCE

- ENTRAÎNEUR PRIVÉ DEPUIS 3 ANS
- ANIMATEUR DE COURS DE GROUPE
- ENTRAÎNEMENT PRIVÉ EN SALLE AVEC CLIENTÈLE DE TOUS ÂGES.

### SPÉCIALISATIONS

- PERTE DE POIDS
- GAIN DE MASSE MUSCULAIRE
- GAIN DE FORCE
- AMÉLIORATION DE LA CONDITION PHYSIQUE GÉNÉRALE
- STRATÉGIE ALIMENTAIRE
- ENTRAÎNEMENT PRIVÉ
- AMÉLIORATION DE L'EXÉCUTION DES MOUVEMENTS

**(418) 431-4172**

**SAINT-NICOLAS**

