



ÉRIC ST-LAURENT

**PASSIONNÉ DE L'ENTRAÎNEMENT, TOUJOURS PRÊT
À SE DÉPASSER, "ONE MORE REP, ONE MORE SET" !**

**JE SUIS MOTIVÉ À VOUS AIDER À VOUS DÉPASSER
ET À ATTEINDRE VOS BUTS, PEU IMPORTE
VOS OBJECTIFS.**

ENTRAÎNEUR

SPÉCIALISATION

- Préparation complète en vue d'une compétition de Fitness
- Motivation, encadrement et plan alimentaire
- Perte de poids et Prise de masse musculaire

EXPÉRIENCE

- 30 ans d'expérience d'entraînement en salle
- Forces armées canadiennes, mission Afghanistan 2010

EXPÉRIENCES PERSONNELLES D'ENTRAÎNEMENT

- Mr. Montréal 2002 - 2ième place mi-lourd
- Québec Métro 2003 - 2ième place mi-lourd
- Québec de l'Est 2015 - 3ième place mi-lourd
- Championnat provincial 2017 - 1ième place Master 40 ans +
- Toronto Pro Qualifier 2018 - 1ième place Master 40 ans +
- Toronto Pro Qualifier 2019 - 3ième place mi-lourd
- Toronto Pro Qualifier 2019 - 1ième place Master 40 ans +
- Toronto Pro Qualifier 2019 - Champion overall

CONTACTEZ ÉRIC :

SUCCESSALE DE LÉVIS
(418) 837-1159

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