

KINÉSIOLOGUE



CANADIAN KINESIOLOGY ALLIANCE
ALLIANCE CANADIENNE DE KINÉSIOLOGIE

PIERRE-LUC DUBÉ

FORMATION

- Baccalauréat en kinésiologie, concentration performance - ULAVAL 2016
- Membre accréditée de la Fédération des kinésologues du Québec (FKQ)
 - Membre de l'Alliance Canadienne de Kinésiologie (ACK)
 - Séminaire Montréal Gros, Cut, Fort - Thibarmy
- Programing Science And Application Part 1 : Concentred Loading - Thibarmy
 - Movement Optimization Level 2 - Mai Linh Dovan
 - FMT basic and advanced – Rock Tape Canada
 - Advanced strategies to program design level 1 – Stéphane Cazeault
- Les secrets de la force et de la performance - Christian Thibaudeau et Alex Babin
- Movement Optimization for Prehab and Performance Level - Mai Linh Dovan
 - Formation sur les mouvements et techniques d'haltérophilie – Fédération d'haltérophilie du Québec et Christian Thibaudeau
- Neurological and physical typing certification – Ballistic advanced training institute
- Plusieurs stages au Prentiss Hockey Performance (Préparation physique d'athlètes de haut niveau (joueurs de la NHL, olympiens, football universitaire, etc) - Ben Prentiss
 - Cross training niveau 1 – Karim El Hlimi
- Musculation et périodisation d'entraînement pour les sports d'endurance - Myriam Paquette
 - PNCE multisports, volet introduction à la compétition et compétition-développement

EXPÉRIENCE

- Coactionnaire des succursales des Maxi-Forme Fitness de Québec et Ste-Foy
 - Plus de 7 ans d'expérience en entraînement privé
- Encadrement d'athlète de diverses disciplines (Hockey, volleyball, sports de rame, course, football et autre) et préparation physique variée
 - Préparateur physique pour les équipes du Cégep de Ste-Foy (hockey collégial D1-D2, soccer D1-D2, Rugby, cheerleading)
- 2 ans d'expérience en cours de groupe et cours semi-privé (circuit, spinning, etc.)
 - Rédaction d'articles scientifiques et collaboration avec BIA Formation
 - Collaboration avec Thibarmy
 - Collaboration avec RehabU
 - Stage dans les Force Armées Canadiennes
 - Athlète compétitif au niveau national (dragonboat)
- Ancien athlète compétitif de hockey (sport-étude, collégial, sénior)

SPÉCIALISATION

- Préparation physique sportive (récréatif/compétitif)
 - Planification et périodisation d'entraînement
- Analyse de la biomécanique fonctionnelle et optimisation du mouvement
- Prise en charge de blessures musculo-squelettiques pour retour au sport

CONTACTEZ PIERRE-LUC :
SUCCURSALE DE QUÉBEC
(581) 741-9951

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