

ENTRAÎNEUR

Débordant de motivation et de leadership, Gyslain pousse ses participants à atteindre leurs objectifs tout en laissant place au dépassement de soi et à l'amélioration. Ses connaissances dans le domaine feront de votre entraînement une séance instructive et amusante.

GYSLAIN POIRIER

possède une formation en entraînement personnalisé. Auparavant entraîneur privé à Énergie Cardio (Gatineau)

et au centre de mise en forme Oxygène, Gyslain a su entraîner et motiver ses clients dans l'atteinte de leurs objectifs. Pratiquant l'entraînement depuis 2001, il a découvert dans l'activité physique une passion, un mode de vie. Il est entraîneur chez MaxPuissance (une école de perfectionnement pour les amateurs de hockey) depuis 2007, après avoir quitté l'équipe de hockey junior BB l'Express de Masham.

Pour Gyslain, conserver un esprit sain dans un corps sain est impossible sans la pratique de l'activité physique. Il est maintenant prêt à vous le prouver, dès que vous viendrez vous entraîner avec lui!

+ MUSCULATION

