

LES EXPERTS DE L'INSTITUT NATIONAL DU SPORT DU QUÉBEC DISPONIBLES POUR LES MÉDIAS LORS DES JEUX DE PYEONGCHANG

Montréal, le 15 janvier 2018 – Aux Jeux olympiques et paralympiques, des différences souvent minimes séparent les médaillés des autres compétiteurs. Grâce à la compétence et à l'expérience de ses experts, l'Institut national du sport du Québec (INS Québec) met à la disposition des athlètes de haut niveau s'entraînant au Québec ainsi qu'à leurs entraîneurs, l'accès aux dernières avancées scientifiques et technologiques, l'accès à des services médico-sportifs de haute qualité ainsi qu'à des services de formation professionnelle et personnelle. L'objectif est simple : considérer tous les déterminants de la performance des athlètes dans leur préparation vers les grands Jeux.

Plusieurs de nos experts sont disponibles durant la période des Jeux pour collaborer avec les médias qui souhaitent aborder, dans leur couverture olympique, des sujets reliés à l'un des quatre types de services offerts par l'INS Québec : **sciences du sport** (physiologie, préparation physique et mentale, biomécanique, etc.), **médico-sportif** (médecine du sport, physiothérapie, nutrition, etc.), **formation des entraîneurs** ou **formation personnelle** (transition de carrière, planification budgétaire, etc.).

Experts en Sciences du sport

Physiologie

Guy Thibault	Directeur, Sciences du sport de l'INS Québec. Chercheur et professeur associé spécialisé en méthodes d'entraînement dans les sports d'endurance tel que le ski de fond.
François Bieuzen	Physiologiste de l'exercice. Travaille auprès de patinage de vitesse courte piste et longue piste, ski acrobatique, ski de fond. Spécialiste en récupération (stratégies innovantes), sommeil, suivi et régulation de la charge d'entraînement, prévention des risques de blessure, prévention du surmenage/surentrainement.
Myriam Paquette	Physiologiste de l'exercice. Spécialiste en suivi de la charge d'entraînement et de la réponse à l'entraînement ; Planification de l'entraînement et méthodes de développement des qualités énergétiques.

Biomécanique

Mathieu Charbonneau	Biomécanicien du sport. Développement d'outils et de méthodes de mesures appliquées en salle de préparation physique et sur le terrain sportif.
Benoit Lussier	Biomécanicien du sport, travaille auprès de patinage de vitesse courte piste. Expertise : développement d'outils et de méthodes de mesures appliquées en salle de préparation physique et sur le terrain sportif.

Préparation mentale

Amélie Soulard	Psychologue du sport, consultante en préparation mentale. Travaille principalement avec les sports paralympiques.
----------------	---

Préparation physique

Alain Delorme	Préparateur physique. Sports technico-tactiques et artistiques.
Cory Kennedy	Préparateur physique. Travaille auprès de hockey féminin.

Experts médico-sportifs

Médecine du sport

Dre Suzanne Leclerc	Directrice médicale de l'INS Québec. Intervient auprès de patinage de vitesse courte piste et de patinage artistique. *Disponible lors des Jeux paralympiques seulement.
Dre Manon Côté	Médecin du sport à la clinique médico-sportive de l'INS Québec.
Dre Fanny Guérin	Neuropsychologue, consultante.
Dr Hugo Hébert	Médecin à la clinique médico-sportive de l'INS Québec.
David Martin	Kinésologue spécialisé en réactivation post-commotionnelle. Travaille avec patinage de vitesse courte piste.
Dre Gabrielle Ostiguy	Médecin du sport à la clinique médico-sportive de l'INS Québec.
Dre Josée Rainville	Médecin du sport à la clinique médico-sportive de l'INS Québec.

Physiothérapie

Josiane Roberge	Physiothérapeute en chef. Travaille auprès de patinage artistique.
Félix Croteau	Physiothérapeute.
Émilie Turner	Physiothérapeute. Travaille avec l'équipe développement de patinage de vitesse courte piste.

Nutrition

Ève Crépeau	Nutritionniste du sport.
Martin Fréchette	Nutritionniste du sport. Travaille auprès de l'équipe de patinage de vitesse courte piste.
Ariane Lavigne	Nutritionniste du sport. Athlète en snowboard, Sotchi 2014.

Expert formation des entraîneurs

Aurore Monin	Superviseure, Service de formation
--------------	------------------------------------

Expert formation personnelle

Lu Bonnet	Conseiller Plan de Match
Sophie Brassard	Conseillère en planification et transition de carrière

La majorité des athlètes du Québec qui représenteront le Canada aux Jeux olympiques et paralympiques de Pyeongchang ont pu compter, d'une façon ou d'une autre, sur l'appui de l'INS Québec et de son réseau de centres régionaux d'entraînement multisports dans leur préparation.

À propos de l'Institut national du sport du Québec | www.insquebec.org

L'Institut national du sport du Québec s'affirme comme étant un « Catalyseur de rêves... un athlète à la fois » et se veut un partenaire de performance essentiel pour le sport de haut niveau québécois et

canadien. Fort de son réseau composé de huit centres régionaux d'entraînement multisports, de 17 centres d'entraînement unisports et de son Complexe du Parc olympique accueillant neuf groupes d'entraînement de haut niveau, l'Institut offre des services médico-sportifs, en science du sport et en développement personnel aux athlètes membres des équipes canadiennes s'entraînant au Québec, aux athlètes de la prochaine génération, aux entraîneurs de haut niveau et aux sports. Membre du Réseau des instituts de sport olympique et paralympique du Canada, l'INS Québec sert plus de 500 athlètes de haut niveau, 2 000 athlètes de la prochaine génération et les quelque 900 entraîneurs qui les encadrent.

L'Institut est soutenu par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, Sport Canada, À nous le podium, le Comité olympique canadien, la Fondation olympique canadienne, le Comité paralympique canadien et l'Association canadienne des entraîneurs ainsi que par des partenaires du secteur privé tels que CISCO, Bell, Mondo, Teknion | Roy & Breton, Côté Fleury, Inaxsys et B2dix et Sports Experts.

Renseignements :

Evelyne Déry
Coordonnatrice aux communications, INS Québec
514-255-1000 poste 243 | 514-668-2968
edery@insquebec.org