

CHANGEMENT RAYONNEMENT ÉVOLUTION



RAPPORT
D'ACTIVITÉS
2019-2020



CHANGEMENT RAYONNEMENT ÉVOLUTION

Ces trois mots résument l'année 2019-2020 et mettent la table pour 2020-2021.

Centre névralgique de la mission de l'Institut national du sport du Québec, les Services de performances ont amorcé un changement dans l'approche auprès de ses clientèles. Aux initiatives permettant une communication plus fréquente et fluide, notamment avec les sports résidents, s'est ajouté un mouvement pour pousser plus loin l'offre de services de l'Institut afin de répondre avec encore plus d'acuité aux besoins concrets de nos athlètes, entraîneurs et partenaires sportifs afin de faire une différence dans la progression et les performances des athlètes.

Si l'INS Québec peut assumer pleinement sa nouvelle signature de marque «Le génie derrière les performances», c'est parce que l'on fait de plus en plus appel à notre expertise. Plus que jamais, nos experts ont démontré leur volonté de faire une véritable différence autant auprès des athlètes de haut niveau que ceux de la prochaine génération. Allié à notre curiosité collective pour trouver comment faire mieux, cela a notamment permis à l'Institut de rayonner au niveau international par des collaborations tout aussi stratégiques que significatives avec l'Institut national des sports et de l'éducation physique (INSEP, France) et le Réseau Francophone Olympique de la Recherche en Médecine du Sport partenaire du Comité international olympique.

Le financement demeure une préoccupation de tous les instants. Changement majeur, l'Institut peut maintenant profiter d'une entente de financement pluriannuel avec le gouvernement du Québec. En connaissant maintenant les conditions de financement pour les trois prochaines années, l'organisation profite d'une stabilité et d'une prévisibilité qui permet une meilleure planification des ressources et des projets. On peut y voir également une reconnaissance de l'impact de l'INS Québec dans la communauté sportive et de la qualité de sa gestion.

Si les 50 premières semaines de l'année 2019-2020 ont permis de faire ou d'amorcer des changements stratégiques pour l'organisation, ce sont cependant les deux dernières qui vont marquer son évolution prochaine. C'est le 13 mars 2019 que l'INS Québec, comme tout le monde au Québec, entré en confinement pour lutter contre la pandémie de la COVID-19. Le 24 mars, ce sont les Jeux olympiques et paralympiques de Tokyo qui sont reportés d'un an.

Coup sur coup, alors que l'on approchait la conclusion du travail effectué au cours du dernier cycle sportif de quatre ans, ces deux annonces vont obliger l'Institut, les athlètes, les entraîneurs, les partenaires à changer... Changer les plans. Changer les façons de faire. Il faut aussi apprendre à «gérer l'incertitude». Il est encore trop tôt pour comprendre clairement, voire imaginer, tous les impacts. Ce qui est clair, c'est que la «normalité» ne sera plus jamais comme avant.

Ce dont nous pouvons cependant être convaincus, c'est que nous en ressortirons meilleurs. Nous pourrions construire sur l'engagement, l'inventivité, le discernement et surtout la force de caractère démontrés par notre équipe dès les premiers instants de la crise pour maintenir les services, d'une façon ou d'une autre.

Parce que notre priorité est et sera toujours d'être au service des athlètes... Parce que nous devons faire écho à la résilience qui caractérise les athlètes... Parce que la science et la technologie font partie de notre ADN... Parce que nous carburons à l'innovation... L'INS Québec a déjà commencé à inventer son «nouveau normal».



Tom Quinn
Président du Conseil
d'administration



Gaëtan Robitaille
Président-directeur
général



SERVICES DE PERFORMANCE

L'année 2019-2020 a permis la mise en place d'un processus de consultation pour la préparation des plans en sciences du sport et médico-sportifs pour les sports résidents. Cela permet d'assurer une optimisation de l'analyse de leurs besoins tout en assurant la mise en place d'une nouvelle méthode de tarification des services grandement simplifiée. Étant à la fin d'un cycle olympique (4 ans), l'Institut a procédé à une révision du fonctionnement de l'ensemble des services de performance. La restructuration qui en est résultée permet une meilleure intégration du personnel et des services ainsi que l'amélioration de plusieurs processus de planification. La capacité de l'INS Québec à soutenir les sports s'en trouve améliorée.

CE QUI S'EN VIENT...

En matière de préparation mentale, l'INS Québec déploiera une stratégie d'intervention et d'encadrement centrée sur la conjugaison «santé – mieux-être – performance». Sur le plan administratif, l'Institut procèdera à la mise en place d'une nouvelle procédure pour la gestion et le suivi des plans de services avec les sports.



SERVICES AUX ATHLÈTES

L'année 2019-2020 a été marquée par une augmentation des interventions auprès des athlètes notamment pour celles et ceux qui sont à l'extérieur de Montréal et qui ne fréquentent pas nécessairement le Complexe de l'Institut. On a également intensifié la sensibilisation auprès des groupes d'entraîneurs de l'importance du bien-être de l'athlète et de l'impact positif que cela peut avoir sur leurs performances.

CE QUI S'EN VIENT...

Les athlètes bénéficieront du nouveau portail Athéna qui leur fournira une plateforme où ils retrouveront les informations dont ils ont besoin. Grâce à un partenariat avec l'Alliance Sport-Étude, le service intensifiera sa présence dans les régions.



GAME PLAN
PLAN DE MATCH
Powered by | Parrainé par
Deloitte



SERVICES MÉDICO-SPORTIFS

Une entente avec l'école d'optométrie de l'Université de Montréal a permis de lancer des travaux de recherche sur la composante visuelle des commotions cérébrales et de bonifier l'offre de services de la Clinique interdisciplinaire de commotion cérébrale de l'INS Québec. L'Institut s'est aussi affirmé comme un leader dans le domaine de la recherche sur les commotions cérébrales dans la francophonie alors que sa directrice médicale a piloté le premier projet de recherche du Réseau Francophone Olympique de la Recherche en Médecine du Sport soumis au Comité international olympique en novembre 2019.



SERVICE DES SCIENCES DU SPORT

Au Service des Sciences du sport, 2019-2020 a été marquée par l'accentuation du partage de l'information scientifique et des innovations dans des domaines de pointe comme la science des données, l'ingénierie et l'entraînement à l'aide de la réalité virtuelle. Onze nouvelles activités de recherche et d'innovation se sont ajoutées portant, à titre d'exemple, sur l'entraînement perceptivo-cognitif, le suivi de la charge d'entraînement externe et interne et la préparation mentale à l'aide du yoga-pleine conscience. Les services offerts au quotidien ont été bonifiés et totalisaient plus 15000 heures en analyse de performance, biomécanique, physiologie, et préparation mentale et physique, et plus de 5000 heures de recherche.



CE QUI S'EN VIENT...

L'acquisition d'un appareil d'absorptiométrie à rayons X en double énergie (DXA) place maintenant l'INS Québec parmi les leaders internationaux en anthropométrie, sous la direction du nutritionniste en chef Erik Sesbreno.



CE QUI S'EN VIENT...

En 2020-2021, la priorité sera donnée aux stratégies post-confinement en vue des Jeux olympiques et paralympiques et aux mesures pour réduire le risque de problèmes de santé.



SERVICE DE FORMATION

L'INS Québec a réalisé 8 activités de développement professionnel, qui ont impliqué 510 participants. Le programme du DAE s'est poursuivi en priorisant la formation à distance pour les 30 candidats engagés. La seconde édition du Symposium Provincial de la Performance Sportive (S2P2) a accueilli 140 intervenants. Sous la gouverne de mentors désignés, cinq entraîneurs ont profité du Programme de mentorat pour entraîneurs québécois afin de poursuivre la réalisation d'objectifs de perfectionnement visant leur progression vers des postes au sein d'équipes canadiennes.



CE QUI S'EN VIENT...

Pour 2020-2021, on souhaite contribuer davantage à la formation continue des intervenants scientifiques, médicaux et autres qui encadrent des athlètes de haut niveau ou qui sont engagés dans le cheminement de l'excellence. Pour les entraîneurs, on mettra notamment sur de nouvelles stratégies de formation adaptées aux technologies de communication en ligne notamment pour le Diplôme avancé en entraînement.



ADMINISTRATION, OPÉRATIONS ET RESSOURCES HUMAINES

En matière d'administration, l'optimisation des outils de gestion s'est poursuivie afin notamment de permettre une gestion par projet et faciliter le suivi financier des activités et des ententes dans une perspective de recherche d'efficacité et d'amélioration continue.

En ce qui a trait aux Ressources humaines, différentes initiatives ont permis d'améliorer les outils et les pratiques, dont des ateliers en gestion du stress mis en place dans la perspective de l'année olympique.

Au chapitre des opérations, grâce à un partenariat Bell-CISCO, l'intégration d'outils de téléconférence s'est poursuivie afin d'améliorer les communications à distance, notamment pour les activités du Service de formation. À la suite d'importants travaux d'aménagement, le Complexe a ouvert son plateau de boxe en juillet 2019.

CE QUI S'EN VIENT...

Au cours de l'année 2020-2021, l'Institut prévoit la mise en place d'une salle de préparation mentale, d'un emplacement d'entraînement à la chaleur et d'une aire d'entraînement spécialisée. Au chapitre du développement organisationnel, on procèdera à la mise en place d'une nouvelle structure pour le Service de performance et le Service des communications.

COVID-19 OU LA GESTION DE L'INCERTITUDE

Incertain. Voilà un thème qui résume bien ce à quoi la communauté sportive en général, du niveau local à l'international, et l'INS Québec en particulier ont été confrontés dans la gestion de la pandémie de la COVID-19. Cette crise n'est pas seulement sanitaire.

Gérer une certaine forme d'incertitude, ce n'est pas vraiment nouveau. Toutes les organisations en vivent à un moment ou à un autre. Ces incertitudes sont généralement passagères et concentrées sur un aspect à la fois. Cette fois, jamais l'incertitude ne s'est manifestée avec autant de force sur tous les secteurs à la fois et pour tout le monde.

Vie corporative. Vie professionnelle. Vie personnelle. Dans chaque sphère, il a fallu apprendre à gérer toutes les incertitudes qui ont émergé: financière, organisationnelle, opérationnelle, mentale. Il y aura beaucoup d'enseignements qui sortiront de cette crise. Que ce soit la gestion des gens et des processus, les façons de faire, l'organisation du travail, la capacité de réaction, les relations entre partenaires.

Alors qu'il travaillait à la création des Nations Unies après la 2^e guerre mondiale, Winston Churchill a dit «*Never let a good crisis go to waste.*» (Ne laissez jamais une bonne crise se perdre.) Après avoir constaté toute la profondeur de l'équipe de l'INS Québec et la collaboration qui s'est raffermie au sein du réseau, cette crise ne sera pas perdue car l'expérience nous démontre que l'INS Québec a ce qu'il faut pour affronter les changements à venir.



DES AMBASSADEURS AUPRÈS DE LA COMMUNAUTÉ D'AFFAIRES

L'innovation n'est pas que scientifique ou sportive à l'INS Québec. L'Institut peut maintenant compter sur le premier comité permanent de gens d'affaires du Québec constitué pour appuyer une organisation œuvrant en sport de haut niveau. Composé de jeunes gens d'affaires, ce qui est également une première dans le milieu sportif québécois, le «Comité des Ambassadeurs INS Québec» a comme mandat de contribuer au rayonnement de l'INS Québec auprès de la communauté d'affaires en plus de conseiller l'organisation sur la création de nouvelles idées et l'élaboration de stratégies de génération de revenus. L'apport de ces champions de demain du milieu des affaires est une véritable tape dans le dos de tous les artisans.

LES MEMBRES DU COMITÉ SONT :

Me Peter Moraitis
*Lapointe Rosenstein
Marchand Melançon*

M. Frédérick Poulin
Normandin Beaudry

M. Sacha Vaillancourt
*BFL Canada,
président du Comité*

Mme Marie-Pier Bergevin
BMO Groupe financier

M. Alexandre Bilodeau
CPA (Walter Capital)

M. Serge Vallières
*Tact - Intelligence
conseils*

AINSI QUE, ABSENTS SUR LA PHOTO :

Mme Marie-Laurence
Boivin
KPMG Canada

M. Paul-André Côté
Côté Sport Marketing



CARBURER À L'INNOVATION

À l'INS Québec, nous refusons le statu quo. Se réinventer est notre seule option si nous aspirons à monter sur les plus prestigieux podiums.

BERCEAU DE LA PERFORMANCE QUÉBÉCOISE

Le projet de l'INS Québec, c'est travailler sans relâche pour accomplir les rêves de nos athlètes de haut niveau, mais c'est aussi porter le rêve de milliers de familles, de centaines de communautés et d'une nation entière.



SCIENCES ET TECHNOLOGIES DANS NOTRE ADN

Caractérisé par notre curiosité, notre pensée critique, nous mettons notre savoir et notre savoir-faire au service des athlètes de haut niveau et par le fait même de la société.

CÉLÉBRER LE PROGRÈS ENSEMBLE

Nous avons confiance que la diversité, l'inclusion et l'égalité mènent au progrès. Nous croyons que soutenir des modèles d'excellence qui se démarquent par leur authenticité et leur résilience contribue à créer un monde meilleur.

LE GÉNIE DERRIÈRE LES PERFORMANCES

La nouvelle signature de marque de l'INS Québec reflète la proposition de valeur mise de l'avant pour soutenir les athlètes et les groupes d'entraînement : offrir des solutions de pointe propulsées par une équipe d'experts et de partenaires afin de repousser les limites de la performance de chacun des athlètes.

«L'INS Québec, le génie derrière les performances» repose sur une déclaration de marque qui s'appuie sur quatre piliers :

ON SE FAIT ATTENTION!

Poursuivant son engagement afin de favoriser la mise en place d'un milieu sportif sain, sécuritaire et exempt de harcèlement, l'INS Québec offre des ateliers de sensibilisation auprès de la population sportive touchée par les Centres régionaux d'entraînement multisports. Présenté sous le thème «On se fait attention!» en collaboration avec les CREM et l'organisme Sport'Aide, ce programme bénéficie d'un appui financier de Sport Canada.



AVEC LA PARTICIPATION FINANCIÈRE DE
Canada



AU SERVICE DE 3 321 ATHLÈTES



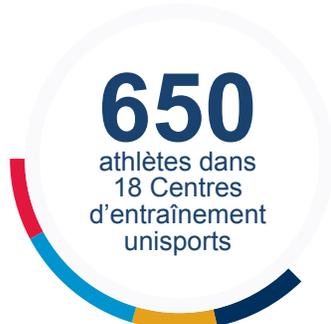
526	athlètes brevetés ou identifiés Excellence
436	athlètes identifiés Espoir, Élite ou Relève
64	disciplines sportives



708	Relève
704	Élite
183	Excellence



32	disciplines sportives
6 régions	Abitibi-Témiscamingue Bas Saint-Laurent Centre-du-Québec Côte-Nord Lanaudière Saguenay-Lac Saint-Jean



195	Relève
302	Élite
153	Excellence

JOUEZ GAGNANT! TOUJOURS POPULAIRE

539 conférences	86 800 jeunes participants	16 régions visitées	72 athlètes-conférenciers	16 tournées dans 12 régions
---------------------------	--------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	--

En mars 2020, pas moins de 40 conférences et trois tournées qui auraient permis de rejoindre plus de 6 500 participants additionnels ont dû être annulées à la suite du confinement décrété par le gouvernement du Québec pour lutter contre la pandémie de la COVID-19.

jouez gagnant!

FORMATION

Développement professionnel

8	activités
510	participants provenant de 72 sports

Diplôme avancé en entraînement

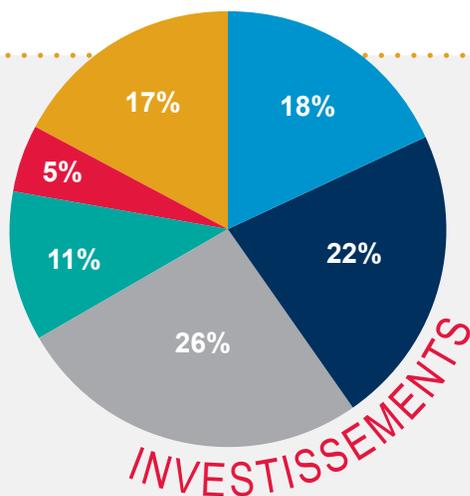
138	heures de cours
30	entraîneurs en formation
10	diplômés

Symposium provincial de la performance sportive

142	participants
------------	--------------

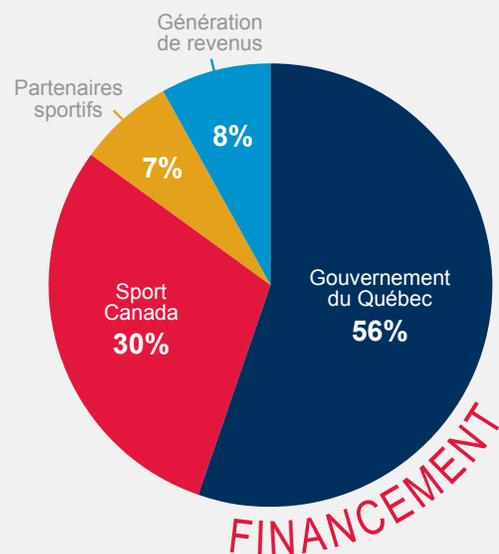
DU CÔTÉ DE LA CLINIQUE MÉDICO-SPORTIVE

850	Athlètes ayant consulté
1 576	Consultations avec un médecin
835	Jours d'accompagnement (compétitions et camps)
769	Interventions en nutrition
31	Consultations en optométrie
250	Consultations en kinésiologie
95	Consultations en neuropsychologie
5 143	Traitements de physiothérapie / thérapie du sport / ostéopathie
570	Traitements de massothérapie
865	Prises de sang, vaccins
13 930	TOTAL DES INTERVENTIONS



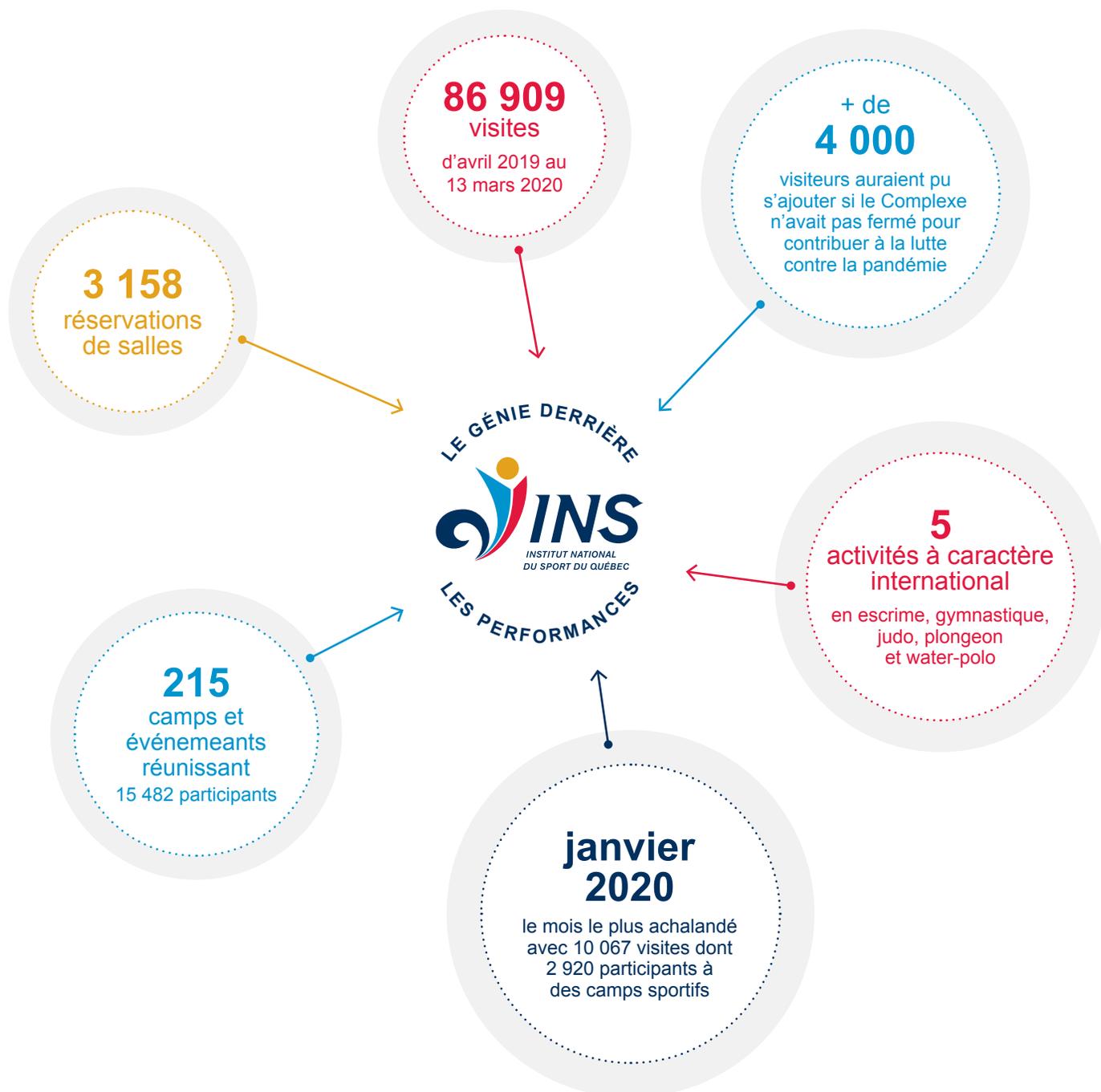
66 %

Services aux athlètes et organismes de sport
Soutien au Réseau INS Québec (centres régionaux et unisports)
Services aux groupes d'entraînement de haut niveau
Médecine du sport et Sciences du sport
Activités de recherche et innovation
Administration, Fonctionnement et Communications





Au Complexe de l'INS Québec



LE RÉSEAU DE L'INS QUÉBEC

Les Centres régionaux d'entraînement multisports

Centre régional d'entraînement et d'événements de la Mauricie

Conseil de développement Excellence sportive des Laurentides

Excellence sportive de l'île de Montréal

Excellence Sportive Montérégie

Excellence sportive Outaouais

Excellence Sportive Québec-Lévis

Excellence Sportive Sherbrooke

Excellence Sports Laval

Les Centres unisports 2019-2020

Centre provincial d'excellence en athlétisme

Centre d'entraînement d'aviron de Knowlton

Centre de biathlon d'excellence du Québec

Centre national de canoë-kayak du Bassin olympique

Centre national de canoë-kayak du Lac-Beauport

Centre national de cyclisme de Bromont

Centre national de performance de Montréal (patinage artistique)

Centre national courte piste de Montréal (patinage de vitesse)

Centre national Gaétan-Boucher (patinage de vitesse longue piste)

Centre d'excellence acrobatique de Val-St-Côme (ski acrobatique – bosses)

Centre national d'entraînement acrobatique Yves Laroche (ski acrobatique – sauts)

Centre national d'entraînement Pierre-Harvey (ski de fond)

Centre national de haute performance (soccer)

Centre national de tennis

Académie de tennis de table du Québec

Centre d'entraînement de triathlon de Québec

Centre d'entraînement à temps plein de volleyball

Centre d'excellence régional de volleyball de plage

LES PARTENAIRES SPORTIFS DE L'INS QUÉBEC

Au Québec

Association Québec Snowboard

Association québécoise d'aviron

Association québécoise de canoë-kayak de vitesse

Association sportive des aveugles du Québec

Badminton Québec

Basketball Québec

Fédération de gymnastique du Québec

Fédération de natation du Québec

Fédération de patinage de vitesse du Québec

Fédération d'escrime du Québec

Fédération de lutte olympique du Québec

Fédération des sports à quatre murs du Québec

Fédération de tennis de table du Québec

Fédération de triathlon du Québec

Fédération québécoise d'athlétisme

Fédération québécoise de biathlon

Fédération québécoise de boxe olympique

Fédération québécoise de handball

Fédération québécoise de ski acrobatique

Fédération québécoise de taekwondo

Fédération québécoise des sports cyclistes

Golf Québec

Hockey Québec

Judo Québec

Natation artistique Québec

Parasport Québec

Patinage Québec

Plongeon Québec

Rugby Québec

Ski de fond Québec

Ski Québec Alpin

Soccer Québec

Softball Québec

Tennis Québec

Triathlon Québec

Voile Québec

Volleyball Québec

Waterpolo Québec

Au Canada

Association canadienne de ski acrobatique

Boccia Canada

Boxe Canada

Canadian Wheelchair Sports Association

Canoë Kayak Canada

Cyclisme Canada

Fédération canadienne d'escrime

Field Hockey Canada

Gymnastique Canada

Gymnastique Canada Trampoline

Hockey Canada

Judo Canada

Natation artistique Canada

Natation Canada

Nordik Canada

Patinage Canada
Patinage de vitesse Canada
Plongeon Canada
Rowing Canada Aviron
Snowboard Canada
Volleyball Canada
Waterpolo Canada
Wheelchair Rugby Canada
Wrestling Canada Lutte

Réseau des instituts de sport olympique et paralympique du Canada

Institut national du sport du Québec
Institut canadien du sport – Pacifique
Institut canadien du sport – Calgary
Institut canadien du sport – Ontario
Centre canadien du sport – Saskatchewan
Centre canadien multisport – Manitoba
Centre canadien multisport – Atlantique



PROUD MEMBER OF THE I FIB MEMBER DU
SPORT INSTITUTE NETWORK
RÉSEAU DES INSTITUTS DU SPORT

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Tom Quinn
Président

François Racine
Vice-Président

Jean Dupré
Secrétaire-trésorier

Laurie Anne Bédard

Lynn Blouin

Francine Champoux

Benoit Huot

Ariane Loignon

Bernard Petiot

Marie Pinsonneault

LES CATALYSEURS DE RÊVES

(au 31 mars 2020)

Administration

Gaëtan Robitaille
Président-Directeur général

Isabelle Rousseau
Vice-présidente, Administration

Roger Archambault
Vice-président, Services de performance

Carol Bassil
Adjointe à la direction générale

Renée Larouche
Directrice partenariats d'affaires et financement

Michelle Robichaud
Gestionnaire des services administratifs

Fadhila Tafer
Technicienne comptable

Michaëlla Vaval Camille
Agent de soutien administratif et comptabilité

Mariana Racovita
Agent de soutien administratif et comptabilité

Anick Perron
Conseillère généraliste en ressources humaines

Sabrina Castonguay
Stagiaire

Opérations

Josée Dagenais
Superviseure

Sarah Bergeron
Coordonnatrice

Gabriel Coallier
Surveillant des installations

Mathilde Chamussy
Surveillante des installations

Jules Barbe
Agent d'accueil

Hicham Boufekane
Agent d'accueil

Mathieu Célestin
Agent d'accueil

Mélina Filion
Agente d'accueil

Joanie Gervais
Agente d'accueil

Rafaëlle Lanoix
Agente d'accueil

Roxanne Nassif
Agente d'accueil

Caroline Veyre
Agente d'accueil

Hanna Yurchyk
Agente d'accueil

Communication

Jean Gosselin
Responsable des communications (intérim)

Marina Lord
Agente de programme – Jouez gagnant!

Audrey Lacroix
Gestionnaire des réseaux sociaux

Services de performance

Lu Bonnet
Conseiller aux sports

Sophie Brassard
Conseillère d'orientation

Louise Kairns
Conseillère programmes et événements

Caroline Truchon
Conseillère services aux athlètes

Sciences du sport

Guy Thibault
Directeur

Roxanne Huot
Coordonnatrice au soutien scientifique

Thomas Romeas
Conseiller expert médico-scientifique

Evelyne Dubé
Conseillère technique au soutien médico-scientifique

Mathieu Charbonneau
Biomécanicien du sport

Nicolas Berryman
Physiologiste de l'exercice

François Bieuzen
Physiologiste de l'exercice

Sylvain Gaudet
Physiologiste de l'exercice

Myriam Paquette
Physiologiste de l'exercice

Julien Clément
Analyste de performance

Benoit Lussier
Analyste de performance

Michael Wu
*Technicien en gestion
de données sportives*

Simon Deguire
Kinésiologue

Amélie Soulard
Préparatrice mentale

Daphné Laurin Landry
Préparatrice mentale

Véronique Richard
Préparatrice mentale

Sandra Peláez
Préparatrice mentale

Alain Delorme
Préparateur physique en chef

Alexandre Clark
Préparateur physique

François Raymond
Préparateur physique

Alix Renaud-Roy
Préparatrice physique

Kevin Roux
Préparateur physique

Nicolas Thébault
Préparateur physique

Pierre-Mary Toussaint
Préparateur physique

Médoco-sportif

Suzanne Leclerc
Directrice médicale

Charlotte Jacquemin
Médecin

Hugo Hébert
Médecin

Gabrielle Ostiguy
Médecin

Josée Rainville
Médecin

Evelyne Chicoine
*Gestionnaire service
médoco-sportif*

Pascale Couillard
*Secrétaire service
médoco-sportif*

Chantal Bédard
Agente de secrétariat

Erik Sesbreno
Nutritionniste en chef

Eve Crépeau
Nutritionniste

Alexia DeMacar
Nutritionniste

Martin Fréchette
Nutritionniste

Ariane Lavigne
Nutritionniste

Catherine Naulleau
Nutritionniste

Josiane Roberge
Physiothérapeute en chef

Véronique Carmel
Physiothérapeute

Félix Croteau
Physiothérapeute

Alexandra Lafrance
Physiothérapeute

Marie Anne Léveillé
Physiothérapeute

Antoine Léger
Physiothérapeute

Brian Li
Physiothérapeute

Laurie Parinet
Physiothérapeute

Kathleen Smith
Physiothérapeute

Émilie Turner
Physiothérapeute

Jean-Sébastien Rondeau
Thérapeute du sport

Formation

André Fournier
Superviseur (intérim)

Geneviève Houle
Coordonnatrice



Pour être « Le génie derrière les performances », l'Institut national du sport du Québec a le privilège de compter sur des partenaires qui investissent dans notre mission.

Québec 

Canada 

							
 PARTENAIRE SPORTIF		 CANADIAN OLYMPIC FOUNDATION FONDATION OLYMPIQUE CANADIENNE				 VISER PLUS HAUT	
 OWN THE À NOUS LE PODIUM PODIUM				 Oser l'excellence			
		 SPORT INSTITUTE NETWORK RÉSEAU DES INSTITUTS DU SPORT		 PARC OLYMPIQUE		 Parc Jean-Drapeau	



www.insquebec.org

info@insquebec.org
514 255-1000

4141, av. Pierre-De Coubertin
Montréal (Québec) H1V 3N7

