

## **ALAIN DELORME SE JOINT À L'INS QUÉBEC COMME COORDONNATEUR D'ÉQUIPE DE SOUTIEN INTÉGRÉ DE MÊME QUE DEUX NOUVEAUX PRÉPARATEURS PHYSIQUES**

Montréal, le 11 avril 2017 - Le vice-président, Services de performance de l'Institut national du sport du Québec (INS Québec) Marc Schryburt est heureux d'annoncer qu'Alain Delorme s'est joint à l'équipe des Sciences du sport de l'Institut à titre de coordonnateur d'équipe de soutien intégré. Préparateur physique reconnu dans le milieu du sport de haut niveau, M. Delorme est entré en fonction le 1er avril et est principalement rattaché au groupe d'entraînement de haut niveau en patinage de vitesse courte piste.

« L'arrivée d'Alain Delorme s'inscrit directement dans l'approche de l'INS Québec d'être un partenaire essentiel de performance, mentionne Marc Schryburt. Nous continuons de privilégier un travail de concertation entre les différentes catégories d'intervenants qui entourent l'athlète et ses entraîneurs afin de les soutenir dans la poursuite de leurs objectifs, et ce, par des pratiques à la fine pointe de la science du sport. La compétence, l'expérience et la renommée d'Alain font de lui un joueur important dans notre milieu et nous ne pourrions que développer et consolider notre soutien auprès de l'équipe nationale de patinage de vitesse courte piste. »

« Mon cheminement professionnel m'a convaincu qu'une approche commune et intégrée s'avère la plus efficace pour accompagner les athlètes et les entraîneurs vers l'atteinte de leurs objectifs de performance, souligne Alain Delorme. C'est dans cet esprit que je me joins à l'INS Québec afin d'apporter ma contribution à la force exceptionnelle que représente l'équipe des Sciences du sport déjà en place. »

Diplômé en éducation physique de l'université McGill, Alain Delorme a eu l'opportunité de contribuer à la préparation physique de nombreux athlètes et de programmes sportifs de rayonnement régional, national et international entre autres pour les équipes nationales de volleyball, hockey, patin de vitesse, natation, plongeon et nage synchronisée. Il a aussi été membre d'équipes de recherche appliquée en douleur chronique et a participé à des groupes d'interventions en santé spécialisés en retour progressif à l'effort suite à un trauma crânien et à des blessures orthopédiques.

M. Delorme collabore actuellement au développement du centre régional d'Excellence Sportive Ile de Montréal (ESIM) et au programme de formation PAISAC dont la mission est de contribuer à la formation d'entraîneurs issus du continent africain. Il est préparateur physique de l'équipe nationale féminine de water-polo et consultant auprès des fédérations québécoises de ski alpin et de triathlon ainsi que du groupe Interbox.

### **Ajout de deux préparateurs physiques**

Dans le but de maintenir l'athlète au cœur de nos interventions, l'INS Québec accueille deux nouveaux préparateurs physiques à son équipe. Pierre-Mary Toussaint et Alexandre Clark sont entrés en fonction le 1<sup>er</sup> avril.

### **Pierre-Mary Toussaint**

Pierre-Mary Toussaint est kinésiologue et détient une maîtrise en physiologie de l'exercice. Il enseigne au département de kinésiologie de l'Université de Montréal et agit à titre de préparateur physique de l'équipe de football des Carabins de l'Université de Montréal depuis les débuts de la formation en 2002. M.Toussaint a rempli ce même rôle avec l'Impact de Montréal de 1998 à 2004 en plus de participer à la préparation physique de Georges St-Pierre de 2012 à 2014. Il est également responsable de l'entraînement de plusieurs boxeurs professionnels et amateurs. Dans le cadre de ses fonctions à l'INS Québec, M. Toussaint travaille avec l'équipe nationale de boxe. Il est coauteur des livres *Mythes et réalités sur l'entraînement physique* et *Mythes et réalités sur la musculation* ainsi que *Mythes et réalités sur la course à pied*.

### **Alexandre Clark**

Impliqué en préparation physique depuis 2008, Alexandre a accompagné des athlètes de plongeon, ski alpin et de patinage de vitesse courte piste. Depuis 2012, il travaille à temps plein à l'optimisation de la performance de l'ensemble du programme national de patinage de vitesse courte. Au cours des années, il a également développé une passion et une expertise plus spécifique en haltérophilie.

### **À propos de l'Institut national du sport du Québec | [www.insquebec.org](http://www.insquebec.org)**

L'Institut national du sport du Québec s'affirme comme étant un « Catalyseur de rêve : 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 de huit centres régionaux d'entraînement multisports, de 13 centres d'entraînement unisports et de son Complexe du Parc olympique accueillant huit 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.

SOURCE : Institut national du sport du Québec | [www.insquebec.org](http://www.insquebec.org)

RENSEIGNEMENTS : Evelyne Déry  
Coordonnatrice aux communications  
514-255-1000 poste 243 | 514-668-2968  
[edery@insquebec.org](mailto:edery@insquebec.org)