



EXCELLENCE SPORTIVE QUÉBEC-LÉVIS

INFORMATION GÉNÉRALE - QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES

Au total 500 athlètes identifiés dans la région (incluant les orphelins vacanciers et migrants) tout sport confondu.
ESQL soutient 399 athlètes dans 19 sports différents.

En 2016-2017 =

- 975 heures en préparation physique
- 65 heures en nutrition
- 286 heures en préparation mentale
- 250 heures de traitements sur site (masso, chiro, physio)
- 62 heures de suivis médicaux
- 88 heures de dépistage médical
- 81 heures de dépistage musculosquelettique.

Territoire desservi : pour la région de Québec les villes sont Québec, Charlevoix, La Côte-de-Beaupré, La Jacques-Cartier, L'Île-d'Orléans, Portneuf.

Pour la région de Chaudière-Appalaches, les villes sont Beauce, Bellechasse, Les Appalaches, La Nouvelle-Beauce, Les Etchemins, Lévis, L'Islet, Lotbinière, Montmagny, Robert-Cliche.

AUTRES :

- Programme Viséo - soutenir les athlètes dans leur préparation pour les Jeux Olympiques et paralympiques, créer des liens entre nos Olympiens et nos partenaires et responsabiliser les athlètes dans leurs relations avec leurs partenaires.
- Équipement haute technologie mis à la disposition des athlètes, entraîneurs et intervenants.
- Soutien aux programmes Sport-Études (préparation physique ou offre de formation donnée par nos intervenants accrédités);
- Programme d'assurance et consultation en orientation.

NOS SERVICES :

Services en science de l'entraînement :

- Préparation physique;
- Nutrition;
- Évaluation de l'état d'entraînement;
- Psychologie sportive et préparation mentale;
- Analyse biomécanique;
- Entraînement en hypoxie;
- Consultation en entraînement.

Services médico-sportifs :

- Évaluation médicale;
- Évaluation musculo-squelettique;
- Ostéopathie, Physiothérapie, Massothérapie, Chiropratique;
- Neuropsychologie.

Services de formation entraîneurs et athlètes :

- Conférence-atelier de perfectionnement;
- Perfectionnement professionnel.

ESQL

Pascale Délisle

Coordonnatrice services aux athlètes

Courriel : pdelisle@esql.ca

Téléphone : 418 656-2316