

CONFÉRENCE

«Courir vite, avec plaisir et sans se blesser»

Pour les amoureux de la course à pied

Inscription obligatoire



Dans le cadre de la Course nocturne de Montréal
et pour venir en aide à la Fondation du Dr Julien,
La clinique [STADIUM PhysiOsteo](#) est heureuse de vous inviter
à cette conférence présentée par :

[Charlen Berry B.Sc., CAT\(C\), DO, Thérapeute du Sport, Ostéopathe](#)

Jeudi 4 avril 2013 à 19h00
Auditorium de la Tour de Montréal

Conférence sur les dernières évidences scientifiques remettant en question bon nombre de pratiques courantes non justifiées en course à pied. Les sujets suivants seront abordés :

La biomécanique
Les principes de course
La planification de l'entraînement
La souplesse
L'orthèse
La chaussure, catégories, sélection

Endroit: Auditorium de la Tour de Montréal
3200 rue Viau, Montréal (Station de métro VIAU)

Prix: 35.00\$

Inscription: 514-259-4553 poste 207 ou formation@StadiumPO.com

Informations: www.StadiumPhysiOsteo.com

