



BIENVENUE À PROEVOLUTION COACHING

ENSEMBLE PRÉPARONS L'AVENIR!



WWW.PROEVOLUTIONCOACHING.COM



TABLE DES MATIÈRES

<u>1. Mot de bienvenue</u>	<u>03</u>
<u>2. Coaching de vie</u>	<u>04</u>
<u>3. Tuteurs</u>	<u>05</u>
<u>4. Nutritionnistes</u>	<u>06</u>
<u>5. Entraîneurs personnels</u>	<u>07</u>
<u>6. Conseillers physio</u>	<u>08</u>
<u>7. Médecins sportifs</u>	<u>09</u>
<u>8. Conseillers sportifs</u>	<u>10</u>
<u>9. Conférenciers</u>	<u>11</u>
<u>10. Contact</u>	<u>12</u>

1. MOT DE BIENVENUE



Je suis Ariane Laberge, directrice des opérations chez Pro Evolution Coaching, un service de mentorat et de coaching de vie axé sur le support psychologique, physique ainsi que sur l'épanouissement personnel des jeunes athlètes/étudiants qui désirent atteindre leurs pleins potentiels tant sur le plan sportif, académique que social.

ARIANE LABERGE PELLETIER

Directrice des opérations

Tel: 514-862-0352

ARIANELABERGE@PROEVOLUTIONCOACHING.CA

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE



VICTORIA DUBOIS

Formatrice clinicienne

Tel: 514-862-0352

VICTORIA.D.PEC@GMAIL.CA

WILFRIED MONTHÉ

Responsable de l'accompagnement

Tel: 514-226-2657

WMONTHE@PROEVOLUTIONCOACHING.CA



ROBERT J. SANDS III

Stratégiste marketing

Tel: 514-226-2657

INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.CA

AUDREY CLOUTIER

Responsable du tutorat

Tel: 438-823-4309

AUDREY.C.PEC@GMAIL.CA



KATHERINE FERLAND

Coach de vie

Tel: 514-226-2657

INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.CA

MARCUS MARLEY

Responsable de l'entraînement

Tel: 514-775-6211

MARLEY.M.PEC@GMAIL.CA



DEMBA SYLLA

Responsable de la nutrition & naturopathie

Tel: 514-226-2657

INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.CA

EMMANUELLE LAVERDURE

Conseillère en communication

Tel: 514-621-2663

INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.CA



MARC CALIXTE

Conférencier

Tel: 514-295-9818

MARC.C.PEC@GMAIL.CA

MATTHEW DUNN

Conseiller sportif

Tel: 514-862-0352

INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.CA



2. COACHING DE VIE

Chez Pro Evolution Coaching, le coaching de vie se fait par des séances d'accompagnement où nos coachs de vie guident et assistent les athlètes pour atteindre des performances de haut niveau autant sur le plan sportif, académique que social. Contrairement à la thérapie ou à la psychologie sportive (avec un psychologue sportif), le coaching de vie ne revient pas sur le passé, mais traite d'aujourd'hui et de demain. Nos coachs de vie répondent à la question « comment faire pour atteindre mon plein potentiel » et non pas à la question « pourquoi je n'y arrive pas ». Nous conseillons et aidons chaque jour des athlètes de tous les horizons (Hockey, Soccer, Basketball, Football, Tennis, Rugby, etc..) à atteindre leur plein potentiel.

L'expérience qu'ont les coachs de vie en tant qu'athlète de haut niveau sert de motivation, mais sert surtout d'exemple et de repère auprès des plus jeunes athlètes qui sont naturellement moins expérimentés. Ainsi, nos accompagnateurs comprennent la réalité des jeunes athlètes et peuvent facilement tisser des liens avec ceux-ci. Cette proximité d'âge et d'intérêt crée une meilleure chimie ce qui optimise l'efficacité des séances en les rendant agréables et dynamiques. Notre coaching de vie amène chacun de nos athlètes à se découvrir, à mieux cerner leur forces et faiblesses, et par-dessus tout à atteindre leur plein potentiel. Nos coachs de vie utilisent des méthodes très efficaces d'accompagnement en favorisant la mise au point de stratégies et de plans d'action. Afin d'atteindre les objectifs fixés, les stratégies sont définies sur une relation de suivi constant permettant à nos athlètes d'obtenir des résultats concrets et mesurables dans leur vie.

Le coaching de vie a pour but d'aider les athlètes à développer leurs multiples qualités. Cette forme de coaching repose sur des aptitudes de base qui sont ensuite, utilisées pour s'adapter aux besoins spécifiques des athlètes. Notre vision de l'accompagnement est grandement axée sur le développement sportif de nos clients. D'ailleurs, plusieurs différences psychologiques significatives ont été constatées sur les sportifs travaillant en collaboration avec un coach de vie : les athlètes possèdent une plus grande confiance en eux, ils ont un niveau plus élevé de motivation, ils ont des stratégies plus efficaces.

À travers nos méthodes de coaching, nos athlètes approfondissent leurs connaissances et améliorent considérablement leurs performances. Notre approche préconise la gestion des objectifs, car cela permet de guider l'attention et l'action vers des résultats concrets à atteindre. Évidemment, nous nous assurons de mettre à disposition des jeunes des personnes compétentes. Tous nos mentors et coachs de vie passent à travers un processus de recrutement très rigoureux avant d'obtenir la certification. Ils doivent avoir été des athlètes de haut niveau et avoir pratiqué un sport durant une grande partie de leur vie. Également, ils doivent être titulaires d'un baccalauréat ou en cours d'obtention au minimum. Les coachs de vie doivent aussi être socialement impliqués. Une fois ces critères remplis, nos coachs de vie passent une formation de coach de vie certifié programmation neurolinguistique. Enfin, ils reçoivent une fois par mois une formation continue auprès d'une formatrice clinicienne.

3. TUTEURS

L'éducation est un aspect bien souvent négligé chez plusieurs jeunes athlètes. Beaucoup d'entre eux souffrent de lacunes académique et peinent à rattraper le retard. Dans plusieurs milieux tels que les programmes sport-études où les jeunes doivent performer autant dans le sport qu'académiquement, il peut arriver que le jeune fasse un décrochage sportif. Pro Evolution Coaching offre donc un service de tutorat dans le but de combler toutes les lacunes pouvant nuire aux jeunes athlètes dans le futur. Nous savons à quel point la réussite scolaire de nos jeunes est primordiale et c'est pour cela que nous mettons en place une ressource efficace telle que le tutorat. À l'aide de rencontres quotidiennes ou hebdomadaires avec un tuteur, l'élève aura l'occasion de contrer ses difficultés en revoyant l'ensemble des notions qu'il n'a pas assimilées. Cela lui permettra donc de rattraper son retard scolaire. De plus, ce service est grandement profitable pour les étudiants-athlètes qui doivent fréquemment s'absenter de leurs cours. Notre service de tutorat se fait à domicile, mais est également accessible en ligne. Les athlètes sont donc en mesure de bénéficier de l'aide d'un tuteur et ce en tout temps.

Nos tuteurs sont principalement des étudiants du cégep et de l'université qui se démarquent académiquement. Ils sont sélectionnés selon plusieurs critères, dont le rendement académique et l'expérience auprès des jeunes. Plusieurs d'entre eux sont également des sportifs ou des étudiants qui s'impliquent dans différentes sphères parascolaires. Cela leur permet de comprendre la réalité des jeunes athlètes et favorise la création de lien entre le tuteur et son élève. De cette manière, nous changeons l'approche traditionnelle du tutorat en rajeunissant son image et en favorisant plus de dynamisme dans les échanges élèves tuteurs. Par ailleurs, l'équipe entière de Pro Evolution Coaching s'assure toujours que le service offert reflète les valeurs de notre organisation, qui sont, le partage, l'engagement, ainsi que la recherche de l'excellence.



LAURENT AYOUB

Responsable du tutorat



4. NUTRITIONNISTES

Chez Pro Evolution Coaching, le travail de nos nutritionnistes et naturopathes est primordial pour le développement de nos athlètes car leur rôle est avant tout orienté vers l'éducation de ceux-ci. Nos nutritionnistes, naturopathes emploient des méthodes naturelles et personnalisés auprès de chaque athlète, car nous savons bien qu'une technique peut être efficace pour certains, mais pas autant pour d'autres. Chaque individu est différent. Nos professionnels mettent donc à la disposition des jeunes une panoplie de techniques tels que : l'alimentation, les suppléments en vitamines/minéraux, les plantes médicinales, les exercices de détente/respiration, les cures de détoxification douces, l'homéopathie, la médecine traditionnelle Chinoise, la médecine sportive et bien d'autres techniques efficaces.



La première rencontre avec l'athlète est une séance d'un à un avec des questions variées et diverses sur les habitudes de vies, l'alimentation, l'historique médical, l'hérédité et les activités diverses de l'athlète en question. Ces questions servent à cerner la santé ainsi que les habitudes de vie de l'athlète. Dépendamment du besoin du jeune sportif, le nutritionniste/naturopathe met en place une des techniques de traitement. Les rencontres se terminent avec des conseils et recommandations visant à atteindre les objectifs de santé souhaités tout en sensibilisant et en donnant les outils nécessaires pour que nos athlètes puissent mieux se responsabiliser sur l'impact et les effets de leurs habitudes de vie sur leur bien-être à court, moyen, et long terme. Évidemment, des suivis mensuels pour analyser les résultats et ajuster les plans de nutrition si besoin sont faits auprès de l'athlète.

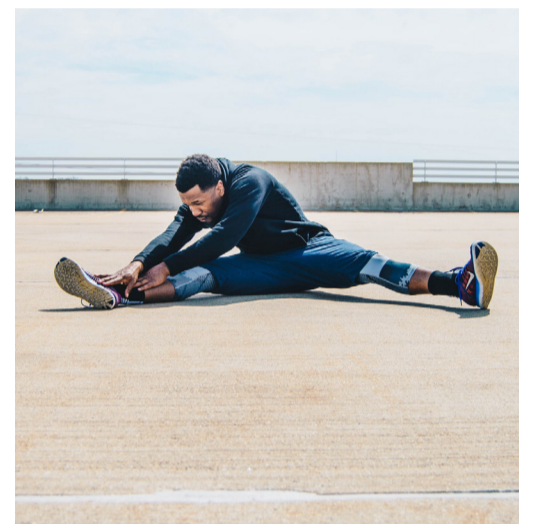
5. ENTRAÎNEURS PERSONNELS

“Ils s’assurent que le jeune puisse aller au-delà de ses limites afin de réellement exploiter son véritable potentiel.”

Chez Pro Evolution Coaching, les entraîneurs personnels permettent aux athlètes d’améliorer leurs performances physiques. Ils s’assurent que le jeune puisse aller au-delà de ses limites afin de réellement exploiter son véritable potentiel. L’entraîneur a deux rôles principaux auprès du jeune athlète : optimiser ses résultats et maintenir sa motivation. Lors d’une séance d’entraînement, le sportif est assisté par son entraîneur dans le but de recevoir toutes les explications nécessaires quant aux exercices ou programmes d’entraînements qui ont été personnalisés selon ses forces et faiblesses. L’entraîneur comble, dans un premier temps, les lacunes du jeune et met en place de multiples exercices et astuces pour lui permettre de progresser rapidement. Le tout est fait selon un cycle de développement. Durant une période de 3 mois, nos entraîneurs personnels rencontrent l’athlète 1 à 2 fois tous dépendamment du besoin de celui-ci. Chacun des athlètes aura un/des objectif(s) précis à atteindre qui sera à remettre ou à exécuter pour la session suivante. Également, nos entraîneurs personnels peuvent assister au match de leur athlète dans le but d’analyser sa performance, mais surtout ses forces et faiblesses. Par exemple : Alexis joue au football AAA et travaille fort pour être partant sur l’aile gauche. Le coach lui fait remarquer qu’il se fait souvent rattraper, car il manque de vitesse dans ses départs. C’est là que le rôle de l’entraîneur fait toute une différence, car il met rapidement en place plusieurs exercices et programmes basés sur l’explosivité du joueur. Nos entraîneurs s’assurent de maintenir la progression des athlètes, de maximiser leurs résultats et par-dessus tout, de les éduquer sur l’importance d’une bonne santé physique.

6. CONSEILLERS **PHYSIOTHÉRAPEUTES**

Chez Pro Evolution Coaching, la physiothérapie est un incontournable. Notre service de qualité en physiothérapie est composé de professionnels ayant l'habitude de travailler avec des jeunes athlètes. Pour les premières rencontres avec nos clients ou pour des programmes sport études, nos conseillers physiothérapeutes font une évaluation physique de chaque athlète, de cette façon, nous pouvons savoir où chacun d'eux se situe et dans l'éventualité d'une blessure, une documentation de leur état physique avant la blessure sera disponible, ceci faciliterait la réadaptation.



Le rôle de nos conseillers physiothérapeutes est d'éduquer les athlètes sur l'importance de leur santé physique sur leurs performances sportives. Ils aident nos athlètes à atteindre le maximum de leurs capacités physiques en fonction du potentiel de récupération de chacun. Ces professionnels possèdent une connaissance approfondie du fonctionnement du corps humain et de la contribution de ses systèmes à la réalisation du mouvement. Ils préviennent, dépistent, diagnostiquent et traitent les problèmes physiques survenus à la suite de blessures. Au cours d'une rencontre avec un athlète, nos conseillers physiothérapeutes dressent un portrait de la condition de nos athlètes, soit de leurs capacités et de leurs fonctions physiques. Ensuite, ils prennent connaissance de l'historique médical de nos athlètes (problèmes de santé actuels, allergies, antécédents médicaux, tests médicaux effectués, liste de médicaments). Dépendamment de la situation, ils mettent en place une variété de méthodes de traitement tels que : les techniques manuelles, les exercices et la thermothérapie (glace ou chaleur). Ces interventions axées sur l'auto responsabilisation leur permettent d'acquérir des capacités physiques nécessaires à l'intégration sociale, aux activités de la vie quotidienne, à l'accomplissement d'un travail, d'un loisir ou d'un sport. Pro Evolution Coaching a le souci de toujours offrir un service pertinent, mais surtout efficace.

7. MÉDECINS SPORTIFS

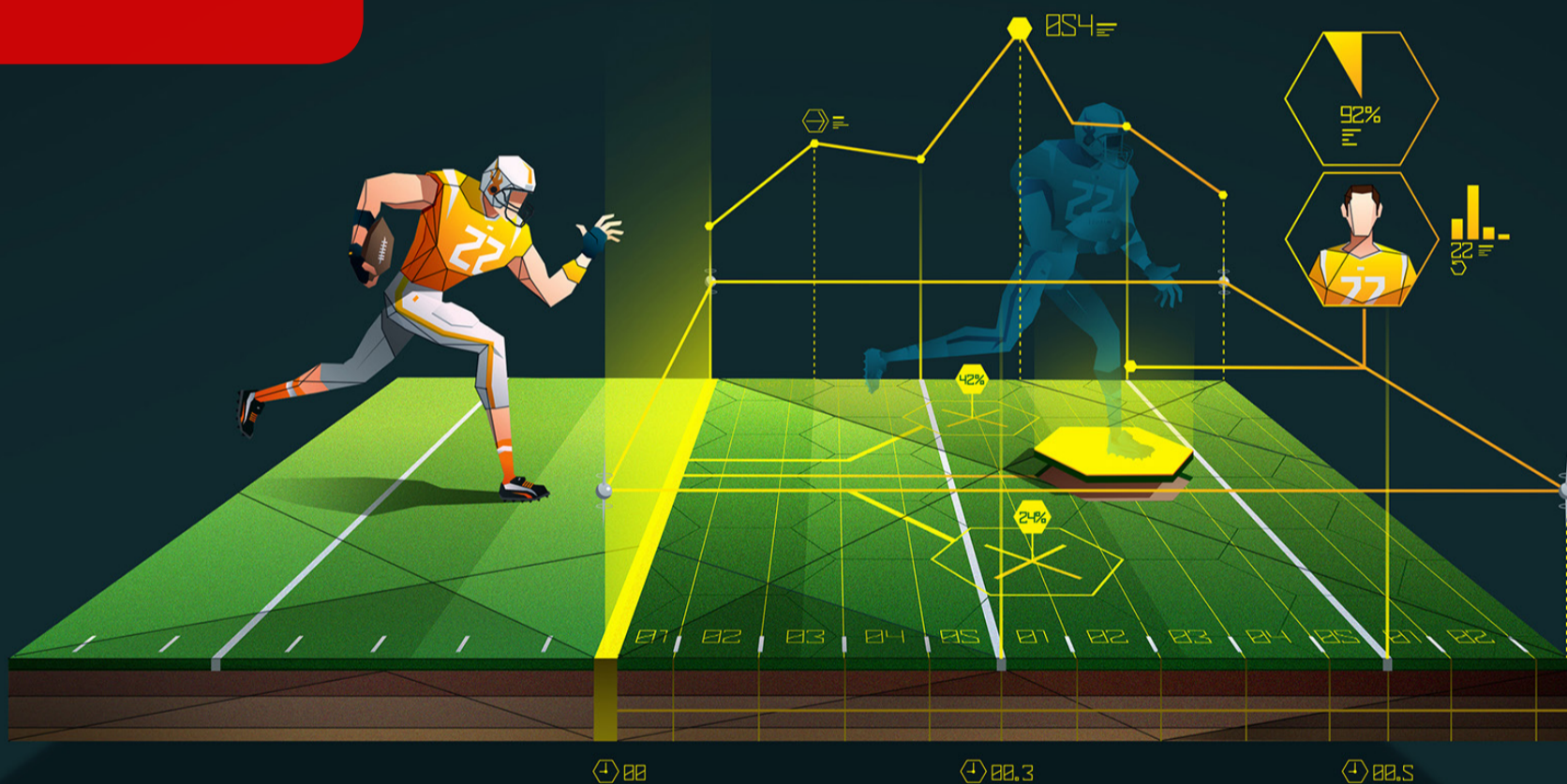


Chez Pro Evolution Coaching, nos médecins sportifs veillent sur la santé de nos athlètes et s'assurent que leur corps répondent aux efforts fournis quotidiennement. Nos médecins sportifs sont avant tout des médecins généralistes. Ils jouent un rôle considérable dans la vie des jeunes athlètes en leur donnant des conseils sur leur hygiène de vie. Nos médecins sont bien plus que des médecins généralistes «classiques», ils exercent auprès d'une population bien particulière. Ils sont à la disposition des jeunes, lorsque nécessaires. Nos médecins sportifs évaluent les dossiers médicaux de nos athlètes quand ceux-ci sont victimes d'une blessure reliée au sport. Ils donnent une deuxième évaluation au dossier médical de nos athlètes après que cela ait déjà été fait par un médecin traitant. Les points de vue de nos médecins sportifs sont strictement informels et en aucun cas ne remplacent ou ne changent l'évaluation initiale faite au sein d'un hôpital.

Chez Pro Evolution Coaching, nos conseillers sportifs et analystes vidéo jouent un rôle prédominant dans l'efficacité des entraînements et des performances en compétition de nos athlètes. Ils analysent les vidéos des athlètes afin d'apporter des améliorations et offrent des conseils pertinents aux sportifs. Nous croyons fermement qu'entourer nos jeunes de conseillers et d'analystes est le meilleur moyen de maximiser leurs capacités, d'une part grâce à leur expérience au niveau professionnel, et d'une autre grâce à leur expertise dans le domaine.

8.

CONSEILLERS SPORTIFS & ANALYSTES VIDÉO



Notre équipe de conseillers sportifs et d'analystes vidéo est composée d'athlètes de niveau olympique et de joueurs professionnels de hockey, soccer, football, basketball, rugby et tennis. Certains évoluent actuellement dans la Ligue nationale de hockey, de football et dans la ligue Major de soccer. D'autres évoluent quand à eux dans des ligues universitaires canadiennes et américaines de football ou de basketball. Nous avons également des joueurs de rugby, de soccer et de basketball évoluant dans des ligues françaises.

“Notre équipe de conseillers sportifs et d'analystes vidéo est composée d'athlètes de niveau olympique et de joueurs professionnels de hockey, soccer, football, basketball, rugby et tennis.”

9. CONFÉRENCIERS

Chez Pro Evolution Coaching, nous croyons que faire appel à nos conférenciers sportifs c'est se donner les moyens d'atteindre un objectif concret en créant une empreinte marquante et durable dans l'esprit des jeunes athlètes, entraîneurs et membres du personnel invités. Nos conférenciers ont pour mission de partager ce qu'ils ont appris, mais surtout d'inspirer les jeunes afin de servir de modèle de réussite. Ils personnalisent chaque intervention de manière à ce que les jeunes se sentent concernés. Cela fait en sorte de les pousser à réfléchir sur certaines questions : quelles sont les leçons simples avec lesquelles je retournerai à la maison ou sur le terrain ? Comment puis-je utiliser ce qui m'est partagé dans ma propre carrière? Le passage de nos conférenciers crée des effets tels que; la recherche de performance, de productivité, le dépassement de soi, l'engagement individuel et collectif, le challenge collectif et plus encore. Évidemment, comme tout le reste de notre équipe, nos conférenciers sont des athlètes d'élite, mais avant tout des élèves modèles qui ont su se démarquer par leurs implications sociales et leurs résultats académiques.



À travers tous nos services, toute notre équipe s'assure de toujours honorer un principe : donner un service de qualité par des jeunes et pour les jeunes.

10. CONTACTEZ NOUS

Débutez le vrai parcours vers l'excellence.
Visitez notre site internet pour plus de détails.
Envoyez-nous un message dès maintenant pour découvrir si votre athlète, équipe, école ou municipalité, peut se joindre à nous.



Montréal
(Québec)



514-226-2657
514-862-0352



INFO@PROEVOLUTIONCOACHING.COM
WWW.PROEVOLUTIONCOACHING.COM



 / PROEVOLUTIONCOACH

 / PROEVOLUTIONCOACHING-PEC

 / PROEVOLUTIONNC

 / PRO EVOLUTION COACHING

 / PRO.EVOLUTION.COACHING

 / PROEVOLUTIONCOACHING

NOS PARTENAIRES



Seune Améliation

