



« Je m'entraîne 2 fois par semaine avec Pierre (Programme Mike Boyle) pour développer une plus grande amplitude de mouvement au niveau de mes épaules avec une meilleure stabilité au niveau de mes jambes. Les exercices de stretch, de musculation et de puissance me permettent d'exécuter un élan avec moins de limitations physiques et d'obtenir de meilleures performances.»

— Yves Langlois
(Médecin)