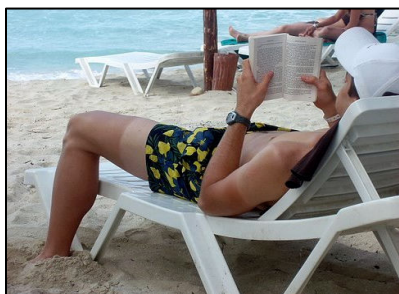


Bonjour tout le monde!

Comme plusieurs, peut être avez vous manqué de motivation pour bien vous entraîner cet automne. Souvent, l'heure des remises en question survient lors du mois de novembre; c'est normal, ne vous en faites pas! Gardez en tête que prendre le temps de vous entraîner est le meilleur cadeau que vous pouvez vous faire. Qui n'est pas fier après un entraînement d'avoir fait un effort pour être en meilleure santé et atteindre de nouveaux objectifs? Moi, j'ai toujours ce sentiment de satisfaction après une séance même si cette dernière est parfois toute petite.

André Breton



Camps d'entraînement

Le camp d'entraînement en **Guadeloupe** se tiendra du 12 au 19 janvier; bon voyage aux participants! Surveillez sous peu tous les détails relatifs au camp d'entraînement de **Cuba** qui se tiendra au début avril; une belle façon de débiter la saison. Suite à un sondage effectué auprès des participants de l'édition 2007, la formule a été retravaillée et améliorée pour cette nouvelle édition. Sachez que le tarif "réservez-tôt" prendra fin le 12 janvier 2008. Prochainement, tous les détails sur notre site internet à www.pdp.cc



Horaire des fêtes

Et oui, le temps des fêtes approche et même si nous adorons notre travail, nous prendrons nous aussi quelques jours pour célébrer! Veuillez prendre note que Pierre Lemay sera absent du 17 au 26 décembre inclusivement. Les portes du bureau seront fermées les 24 et 25 décembre ainsi que le 31 décembre et 1 janvier 2008. De plus, les ateliers du jeudi soir feront pause les 20 et 27 décembre. Le suivi de vos planifications d'entraînement sera tout de même assuré durant cette période.

Bon temps des fêtes!



Certificat cadeau

Vous avez pigé votre beau-frère et ne savez pas quoi lui offrir? L'équipe de Performance de Pointe peut vous aider à trouver un cadeau original et personnalisé qui se placera bien dans un bas de Noël. Par exemple : Évaluations physiologiques, renforcement postural, consultation en musculation, nutrition, massothérapie ou osthéopathie. Préparation à la compétition, exercices pour femmes en ceinte,...

Contactez nous pour encore d'autres idées!

Pour retirer votre nom de cette liste d'envoi, pour des questions ou des commentaires, écrivez-nous à info@pdp.cc ou téléphonez-nous au 514-527-3444.