



Nikolaï Ray, B.Sc.

Directeur exécutif de l'Institut National de Performance Humaine

Directeur, développement des athlètes de VSM Hockey (Vision Sports Management)

Nikolaï Ray s'est bâti rapidement une solide réputation dans les domaines de la performance humaine et de la science sportive. Il occupe présentement le poste de directeur de l'Institut National de Performance Humaine (www.inph.ca). Il est également directeur du développement des athlètes pour VSM Hockey (Vision Sports Management, www.vsmhockey.com), une agence de hockey professionnel œuvrant dans la gestion et développement de carrières athlétiques en hockey.

Nikolaï est un spécialiste en performance humaine. Ce type de spécialiste est reconnu pour sa capacité de combiner les aspects physiques, nutritionnels et psychologiques afin d'augmenter les performances de l'être humain, autant dans un contexte de vie de tous les jours que dans la vie sportive.

Études

Travaillant sur une base régulière avec des athlètes d'élites, il poursuit également des études avancées continuellement. Ses spécialités et vous l'aurez deviné, la biomécanique, la préparation physique, la nutrition sportive et la psychologie du sport. Il a d'ailleurs fait ses **études universitaires de premier cycle en sciences du sport et de l'exercice** aux États-Unis et termine présentement un **baccalauréat en performance humaine à l'Université Laval**. Il complétera également un **certificat de la Harvard Medical School (Harvard University)** en médecine préventive pour la gestion du stress d'ici la fin de l'année 2009 et aussi un programme accéléré **maîtrise/doctorat en science de l'exercice** avec une spécialisation en l'intégration de la performance humaine d'ici 2014 à la **United States Sports Academy**. De plus, il poursuit continuellement des **études professionnelles en médecines alternatives et orientales** (Qi gong, Zen body-work therapy, Rolfing, Feldenkrais et médecine énergétique), bref Nikolaï est un étudiant éternel. Il possède également plusieurs **certificats para-universitaires** dans de multiples disciplines. Il planifie également aller étudier à **the Esalen Institute** en Californie, le berceau de la psychologie humaniste et de l'avancement du potentiel humain.

C'est sur l'aspect de l'atteinte du plein potentiel athlétique et/ou humain qu'un spécialiste en performance humaine comme Nikolaï, extériorisera le mieux ses connaissances scientifiques, son expérience pratique et surtout son approche humble, personnalisé et très humain.

Voici, sommairement, le type d'athlètes actuellement sous la tutelle de l'IQPS :

- des biathlètes de l'équipe Canadienne Olympique;
- l'équipe de Ski Alpin de Québec (Skibec Alpin);
- des joueurs de football professionnels, universitaires et secondaires;
- plusieurs joueurs de hockey professionnels et junior majeurs;
- plusieurs équipes/organisations professionnels et amateurs;
- Athlètes occupationnels (policiers, pompiers et soldats);
- Cadres d'entreprises et exécutifs.

À la poursuite de l'excellence et à la fine pointe de la science!

Québec - Siège sociale et centre d'excellence

2875 Boul. Laurier, Édifice Delta I, Bureau 575,

Québec (Québec) G1V 2M2

(à l'intérieur de Whittom et associés)

Lévis - Centre d'excellence

40 rue du Vallon ouest,

Lévis (Québec) G6V 9J4

(à l'intérieur du Gym Performe Plus)

Tél. : 418-210-3786 - Téléc. : 418-667-8870

www.inph.ca



Conférencier pour plusieurs équipes et organisations, il forme également des professionnels dans les domaines suivants :

- la pliométrie;
- la préparation physique;
- la biomécanique;
- la nutrition du sport;
- la prévention de blessures;
- la préparation mentale.

Il est membre des associations professionnelles suivantes :

- la société canadienne de physiologie de l'exercice;
- la société internationale de la nutrition sportive;
- l'académie nationale de médecine sportive;
- l'association pour l'avancement de la psychologie sportive.

Visionnaire

Nikolaï est présentement en train de développer des concepts de développement du potentiel humain maximal grâce à l'étude intégrée du développement physio-chronologique et évolutif. Son but est de transformer les domaines de la performance humaine, la kinésiologie et le potentiel humain.

Finalement, Nikolaï a aussi été un athlète accompli! Il a été joueur de hockey professionnel et a joué au tennis et au soccer à un niveau élite amateur.

On pourrait continuer ainsi, mais en quelques mots, la passion de Nikolaï est le succès et la motivation par l'éducation, de ses athlètes et de ses clients. Et comme il se plaît à répéter, les seules limites qui existent sont ceux que nous nous imposons nous mêmes!

À la poursuite de l'excellence et à la fine pointe de la science!

Québec - Siège sociale et centre d'excellence

2875 Boul. Laurier, Édifice Delta I, Bureau 575,
Québec (Québec) G1V 2M2
(à l'intérieur de Whittom et associés)

Lévis - Centre d'excellence

40 rue du Vallon ouest,
Lévis (Québec) G6V 9J4
(à l'intérieur du Gym Performe Plus)

Tél. : 418-210-3786 - Téléc. : 418-667-8870

www.inph.ca