

## ANOUK ALLARD

- Diplômée en ostéopathie, D.O.
- Collège d'Études Ostéopathiques de Montréal et Québec
- Membre d'Ostéopathie Québec, n°16159
- 20 ans d'expérience en thérapie du sport, B.Sc., CAT(c)

Passionnée par la danse à un très jeune âge, Anouk a bâti sa carrière dans le mouvement.

Du ballet au Pilates, pour ensuite passer au yoga et la course, elle a tout d'abord œuvré comme Thérapeute du Sport à temps plein pour les artistes du Cirque du Soleil. Aux quatre coins de la planète, elle a peaufiné son art, développé son expertise et a conservé les meilleures connaissances des différentes équipes de la médecine de la performance avec lesquelles elle eut la chance d'évoluer.

Soif d'apprendre, de s'améliorer et de se dépasser, elle a entrepris ses études en ostéopathie tout en continuant sa vie en tournée avec le Cirque pendant 15 ans.

Sédentaire depuis 4 ans, elle se perfectionne en pédiatrie, obstétrique et en stabilité abdominale et pelvienne. Elle affectionne une approche globale et multidisciplinaire du corps humain. Bien qu'elle quitte à l'occasion pour des contrats à l'étranger avec le Cirque ou pour des missions humanitaires avec Ostéopathie sans frontières, elle apprécie particulièrement travailler avec les bébés, soutenir les nouvelles mamans en post-accouchement, accompagner les athlètes dans leur cheminement et aider toute personne qui a un désir profond de s'améliorer et de trouver une solution active à ses problématiques.

Reconnue pour son attention aux détails, pour son écoute et son empathie, elle saura vous proposer des solutions pour atteindre vos objectifs.

*Son inspiration :*

« La danse, c'est le mouvement et le mouvement c'est la vie.... Puisque tout ce qui vit bouge et respire » — Ludmilla Chiriaeff