

Bike-fitting ?



Bike-fitting ?

Douleurs au dos, courbatures, genoux qui font mal après une sortie à vélo...

Avez-vous ressenti ces douleurs sur le vélo ou après une randonnée ? Peut-être que n'êtes pas bien assis sur votre vélo ! Bien des paramètres sont à considérer : taille du vélo, cintre, selle, cale-pieds, chaussures. Il s'en suit une mauvaise posture sur le vélo et des douleurs qui pourraient durer.

Si on évoque une étude posturale beaucoup d'objections sont avancées : trop chère, réservée aux pros, pas de problèmes sur mon vélo...

Une étude posturale cycliste (ou bike-fitting) pourra apporter quelques solutions pour se sentir plus à l'aise sur son vélo et donc plus performant.

Une étude posturale est une analyse de votre position sur votre vélo afin de faire des réglages, des modifications de votre posture ou de composants et d'accessoires pour améliorer vos confort, aisance et performance sur le vélo.

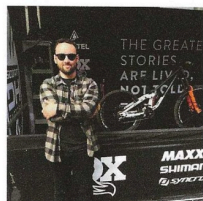
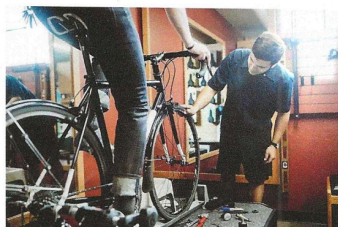
Qui mieux placé pour évoquer une étude posturale qu'une personne spécialiste du sujet ?

Faites appel à Thomas Lemoine. Il accompagne des cyclistes amateurs ou professionnels dans leur pratique. Il peut aborder les points essentiels primordiaux à modifier sur son vélo, à adapter selon sa morphologie.

Ostéopathe reconnu, il est installé à Trie sur Baïse (65), Miélan et Villecomtal sur Arros (32) depuis plus de dix ans. Thomas Lemoine propose un large éventail de soins et de conseils, spécialiste sénior et troisième âge, ou accompagnement de sportif pour faciliter la récupération après l'effort, mobilisations douces pour les nourrissons, accompagnement postural pour les femmes enceintes.

Ostéopathe officiel d'une équipe professionnelle de VTT, Team Scott DH Factory, présente en compétitions internationales, il sera amené cette année à se déplacer en Ecosse, en Autriche et au mois d'août 2024 à Loudenvielle (65) pour des épreuves de coupe du monde.

Prenez rendez-vous avec Thomas Lemoine avec votre vélo. Il suffit de contacter l'ostéopathe pour choisir date, heure et lieu par téléphone au **06.10.79.41.66** ou sur le site www.osteopathie-lemoine.fr



Etude Posturale Cycliste LEMOINE Thomas

Sur Rendez-vous
06.10.79.41.66

Lemoine 1.jpg

Etude Posturale / Bike Fitting

34 rue du Pic du Midi
65220 TRIE-SUR-BAÏSE

A chaque personne correspond une position
unique !

Le but d'une étude posturale vélo (ou bike-fitting)
est de vous amener le plus loin possible dans votre
pratique cycliste (route, cyclo-cross, gravel, VTT,
bike-packing, bmx) sans être limité par des gênes ou
des douleurs.

Ostéopathe sur le circuit mondial VTT
depuis 2020, je mets mon expérience à
votre service pour améliorer le confort et
l'efficacité de votre pratique.

Pour plus de renseignements, veuillez appeler le:

06.10.79.41.66

Lemoine 2.jpg