



10/08/1984 (39 ans)
Nationalité française
concubinage
Permis B

** **

Chambray-lès-Tours (37170)

*****@*****. **

Coach sportif, Senior

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- sept. 2019 / aujourd'hui** **Coach sportif**
Tours Centre Halles Gym, Mercure Fitness Joué les Tours
- sept. 2018 / sept. 2019** **Coach sportif**
Neoness Paris et dans divers associations (Villejuif, Villeneuve le Roi, Paris 12e)
- sept. 2017 / déc. 2017** **Coach sportif associations**
Cabform Balma Toulouse, Escalmouv Esqualquens, 24H Fitness Fenouillet
- août 2015 / août 2017** **Coach sportif**
Neoness Paris et dans divers associations (Villeneuve le Roi, Villejuif, Villiers sur Orge, Juvisy)
- janv. 2015 / juin 2015** **Educatrice sportive activités zumba**
Laneuveville devant Nancy, Champignuelles, GESAL 54
- sept. 2014 / déc. 2014** **Animatrice chef hôtesse activités gymniques**
Club Lookéa Carayou Les Trois Ilets Martinique (Look Voyages)
- oct. 2013 / août 2014** **Coach stagiaire**
centre Odyssée Metz Augny Talange
- juin 2010 / janv. 2013** **Assistante juridique**
Me FERRY, avocat en droit des société Nancy JURI'ACT
- sept. 2007 / oct. 2009** **Assistante d'éducation**
lycée Foucault et Poincaré Nancy
- janv. 2003 / déc. 2007** **Hôtesse de caisse**
supermarché Auchan Bar le Duc

DIPLOMES ET FORMATIONS

- / juin 2014** **BP JEPS AGFF mentions C et D**
CLES de Nancy
- / juin 2011** **Certificat de Formation Complémentaire en Droit Luxembourgeois (formation avocat)**
- / juin 2008** **Master 1 Droit privé général et sciences criminelles - BAC+4**
Université Nancy2

COMPETENCES

Fitness

- Cours Les Mills :
 - Body balance (certifiée + module 1)
 - Body pump (certifiée)
 - Body attack (certifiée)
 - Grit
 - Les Mills Barre
 - Body jam (formation initiale, en attente de certification)
 - Cx worx
 - Sh'bam
- Cours Wellness :
 - Pilates Mat 1 et 2, petit matériel (magic circle, form roller, ball, band) (certifiée)
 - Yoga Flow (certifiée)
 - Port de Bras (certifiée)
 - Suiss Ball
 - Gym douce / Stretching
- Zumba
- Cours freestyle :
 - Renforcement musculaire : CAF, Body sculpt
 - HIIT, Boot Camp
 - Gym d'entretien / Gym volontaire (EPGV)
 - Step Débutant , Intermédiaire
 - Running outdoor
- Piscine :
 - Aquagym, Aquabike

Musculation

- Encadrement du plateau musculation
- Etablissement de programmes en fonction des objectifs

Divers

- Tenue de l'accueil d'un centre de remise en forme
- Certification Formation Sport/Santé N1 (CDOS)
- Organisation de démonstrations Step, spectacle de danse
- Animations diverses au sein du club (jeux collectifs, jeu spectacle)
- Participation aux spectacles du club (danse, théâtre, café-théâtre)

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Anglais	Elémentaire
Français	Bilingue

CENTRES D'INTERETS

danse classique, contemporain, modern jazz, dancehall, cinéma, lecture, voyages