



\*\*\*\*\* \*

18/12/1991 (32 ans)

\* \*\*\*\*\* \*

Les Arcs (83460)

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*@\*\*\*\*\*.\*\*\*

## Stage, Senior

### EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

déc. 2023 / mars 2024

#### Stage

GYM Volontaire Vidaubanaise

*Création et mise en place d'un cycle de séances de Stretching pour un public Adulte/Senior.*

*Remplacement de plusieurs cours types renforcements musculaires et cardio pour un public Adulte/Senior.*

*Cours dispensés de relaxations et expressions corporelles.*

*Mise en place d'un circuit training.*

*Action de communication d'un événement festif.*

sept. 2023 / déc. 2023

Fit & Move Hyper U Les Arcs sur Argens

*Participation active à tous les cours collectifs.*

*Création d'un échauffement avant une séance de renforcement musculaire.*

sept. 2021 / avr. 2022

#### Hôtesse d'accueil

VITA LIBERTE Brignoles

*Accueil et prise en charge physique et téléphonique des adhérents.*

*Faire respecter les règles de sécurité et d'hygiène.*

*Gestion de conflits et veiller à la bonne ambiance au sein de la salle.*

*Action de communication pour les fêtes.*

*Fidélisation des adhérents.*

*Gestion du stress.*

*Enregistrement informatique et signature des contrats.*

janv. 2021 / mars 2021

Fitness Center Salernes

*Dispense de cours de renforcement musculaire et de trampoline.*

*Accueil des adhérents et potentiels nouveaux clients.*

*Ébourgeonnages et vendanges Domaine OTT®*

mars 2014 / janv. 2019

#### Vendeuse

boulangerie Nervi Lorgues

*Gestion de la caisse et des factures.*

*Travail en autonomie.*

*Inventaires et gestion des stocks.*

*Mise en place du magasin avant l'ouverture.*

*Développement de mon côté commercial et de ma confiance en moi.*

sept. 2011 / mai 2023

SCEA PARY

*Travail d'équipe (+20 personnes).*

*Résistance physique et mentale.*

### DIPLOMES ET FORMATIONS

sept. 2023 / févr. 2024

**CQP ALS AGEE; Formation d'éducateur sportif inscrit au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP)**

/

**CQP ALS AGEE - CDOS TOULON**

/ **Baccalauréat Professionnel Commerce** - BAC

/ **CAP graphiste, enseigne et décor** - CAP

## COMPETENCES LINGUISTIQUES

---

**Anglais** Académique

**Espagnol** Académique

**Français**

## CENTRES D'INTERETS

---

Lire