



***** **

18/12/1991 (32 ans)

* ***** ** *****

Les Arcs (83460)

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

Stage, Sénior

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