



** *****

La Roche-sur-Yon (85000)

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

PREPARATEUR PHYSIQUE, Sénior

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- | | |
|--------------------------------|--|
| août 2015 / juin 2016 | Entraîneur
à Cholet (49) |
| sept. 2014 / juin 2015 | Educateur Sportif
sport loisirs Dompierroise à Dompierre (85)
<i>Cours collectifs : Renforcement musculaire + Stretching pour tout public de 16 à 77 ans</i> |
| juin 2010 / janv. 2013 | Coach Sportif
Paris 15 ème |
| mars 2010 / déc. 2010 | Personnal Trainer
Fitness First (Paris 15ème)
<i>Développement, acquisition, entretien des qualités physiques (débutant et sportif de haut niveau)
Proposition des activités physiques dans le cadre préventif de la santé, d'une blessure.</i> |
| févr. 2007 / avr. 2007 | Educateur sportif
Antony
<i>Relation avec les instituteurs et le Service des Sports
Gestion et mise en place des cours collectifs- Connaissance de différentes catégories d'âges</i> |
| sept. 2005 / déc. 2013 | Professeur de musculation et fitness
l'Association CEPC (92)
<i>Relation avec l'office du sport et organisation de manifestations
Cours collectifs : gymnastique d'entretien, cardio et conseils d'entraînement de 16 à 77 ans</i> |
| avr. 2002 / juin 2008 | Educateur Sportif
Viry-Châtillon |
| févr. 2002 / juin 2004 | Professeur de musculation et fitness
ACBB- Boulogne-Billancourt
<i>Enseignement de cours collectifs+ préparation physique pour certains joueurs de foot
Surveillance du plateau de musculation- (Sens du relationnel et propice à la communication).
Suivi des programmes personnalisés - (Voir les adhérents progresser est mon objectif).</i> |
| sept. 2001 / juil. 2002 | Stagiaire
Antony
<i>La vitesse, la force, les qualités aérobies et la pliométrie</i> |
| mars 2001 / oct. 2004 | Préparateur Physique
Bruno Besson
<i>Planification et stages d'entraînements
Conseil en diététique -(obtention certificat en nutrition sportive)
Préparation mentale avant la course</i> |

sept. 2000 / avr. 2002	Professeur de remise Institut Barthélémy Paris 9e <i>Responsable d'une équipe de 4 professeurs (Encadrer et la capacité de s'adapter aux situations)</i> <i>Elaboration du planning des cours collectifs et plateau de musculation</i> <i>Gestion des inscriptions, abonnements, renouvellements et bilans individuels</i> <i>Gestion de conflits surtout en plateau musculation</i>
avr. 1998 / août 2002	Animateur de la salle de sport Musculation et <i>Préparation, entraînement et animation des séances.</i>
/	Educateur Antony <i>* Conduite de séances et préparation aux matchs</i>
/	Entraîneur des Roche-sur-Yon (85)

DIPLOMES ET FORMATIONS

sept. 2001 / juin 2002	Initiateur 1 et 2 - Animateurs Séniors football Creps de Châtenay-Malabry
/ juin 2002	Diplôme Universitaire sur la préparation physique UFR Staps Dijon
sept. 1998 / juin 2000	Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 1er degré des métiers de la forme Creps de Châtenay-Malabry
sept. 1994 / juin 1996	Diplôme d'accès aux études universitaires DAEU.B Evry

COMPETENCES

Musculation, Cardio-Training, Stretching, Pump, Biking

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Anglais	Académique
---------	------------

CENTRES D'INTERETS

Football, loisirs, Musculation, VTT, Course à pied (semi-marathon, marathon)