



** *****

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)
Cours collectifs : Renforcement musculaire + Stretching pour tout public de 16 à 77 ans
- juin 2010 / janv. 2013** **Coach Sportif**
Paris 15 ème
- mars 2010 / déc. 2010** **Personnal Trainer**
Fitness First (Paris 15ème)
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.
- févr. 2007 / avr. 2007** **Educateur sportif**
Antony
Relation avec les instituteurs et le Service des Sports
Gestion et mise en place des cours collectifs- Connaissance de différentes catégories d'âges
- sept. 2005 / déc. 2013** **Professeur de musculation et fitness**
l'Association CEPC (92)
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
- avr. 2002 / juin 2008** **Educateur Sportif**
Viry-Châtillon
- févr. 2002 / juin 2004** **Professeur de musculation et fitness**
ACBB- Boulogne-Billancourt
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).
- sept. 2001 / juil. 2002** **Stagiaire**
Antony
La vitesse, la force, les qualités aérobies et la pliométrie
- mars 2001 / oct. 2004** **Préparateur Physique**
Bruno Besson
Planification et stages d'entraînements
Conseil en diététique -(obtention certificat en nutrition sportive)
Préparation mentale avant la course

sept. 2000 / avr. 2002 **Professeur de remise**
Institut Barthélémy Paris 9e
Responsable d'une équipe de 4 professeurs (Encadrer et la capacité de s'adapter aux situations)
Elaboration du planning des cours collectifs et plateau de musculation
Gestion des inscriptions, abonnements, renouvellements et bilans individuels
Gestion de conflits surtout en plateau musculation

avr. 1998 / août 2002 **Animateur de la salle de sport**
Musculation et
Préparation, entraînement et animation des séances.

/ **Educateur**
Antony
** Conduite de séances et préparation aux matchs*

/ **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)