



Nationalité MAROCAINE

** *****

Lons-le-Saunier (39000)

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

coach sportif, Confirmé

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

janv. 2023 /

entraîneur gymnastique artistique GAF/team

wiéak gym

Prépare les séances pédagogiques et les adapte aux publics

assure l'entraînement des groupes GAF-loisirs-teamgymbabygym

et compétitions

Préparer et entraîner des gymnastes dans un objectif

compétitif

accompagne les gymnastes en compétition

organise et assure les stages vacances

supervise le travail des entraîneurs bénévoles en cours de

janv. 2022 / déc. 2023

coach sportif

vichy célestins

Évaluer l'état de santé du client

Identiéer le meilleur programme d'entraînement pour

chaque personne

Rédiger un programme d'entraînement eicace et gérable

Suivre l'évolution des entraînements et les progrès, en

modiêant le programme si nécessaire

Instruire le client quant à la bonne exécution des exercices

physiques

Donner des conseils pour un style de vie actif et sain, ainsi

que sur l'alimentation

Encourager et stimuler à la fréquence des entraînements

pour atteindre les résultats établis

janv. 2020 / avr. 2022

entraîneur de gymnastique

wiéak gym

Mise en œuvre de programmes d'entraînement fructueux

pour les athlètes participant aux compétitions locales et

régionales de gymnastique.

Élaboration du contenu éducatif et ludique pour chaque

groupe de loisirs

A encadré et guidé les élèves de gymnastique pour qu'ils atteignent leurs objectifs individuels et leur potentiel.

Animer les cours de gymnastique pour des enfants en cas diicile, trouble moteur et psychomoteur

janv. 2019 / déc. 2020

Coach sportif

coach sportif , body smooth

2019 - 2020

Mise en place d'un programme personnalisé.

Préparation et animation de cours individuels

Coaching individuel en électro stimulation selon l'objectif

S'assurer que mes clients réalisent leurs exercices en toute sécurité

Conseils en nutrition et diététique et suivi de l'évolution musculaire des clients.

janv. 2017 / déc. 2017

coach sportif

Conception de programmes personnalisés

Évaluation de potentiel physique

Suivi médicaux sportif pour les clients

Concevoir et mettre en place un programme de préparation physique (exercices, durée, fréquence, enchaînements, ...) pour un sportif ou une équipe

Encadrer un sportif de haut niveau , une équipe lors d'une compétition et identiêer les axes de progrès individuels ou

DIPLOMES ET FORMATIONS

sept. 2020 / juin 2022

BPJEPS (GYMNASTIQUE)

sept. 2016 / juin 2019

Master degree (entrainement sportif et optimisation de la performance)
- BAC+4

/

licence professionnelle (entrainement sportif) - BAC+3

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Français

Arabe

CENTRES D'INTERETS

Préparer et entraîner des gymnastes dans un, Accompagner des gymnastes en compétition