



* * * * *

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

ENTRAINEUR PERSONNEL* ENTREPRISE, Confirmé

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

févr. 2020 /

ENTRAINEUR PERSONNEL* ENTREPRISE

Conception et réalisation de plan d'entraînement spécialisé dans la prévention des troubles musculo-squelettiques.

sept. 2018 / sept. 2022

ANIMATEUR SPORTIF

FITNESS FUN

Conception et réalisation de cours collectif en pilâtes, renforcement musculaire, step, cardio training et réalisation des concepts Lesmills.

sept. 2018 /

ANIMATEUR SPORTIF

GYM VOLONTAIRE

Conception et réalisation de cours collectif en pilâtes, renforcement musculaire et cardio training.

sept. 2018 /

ENTRAINEUR PERSONNEL* DOMICILE

Conception et réalisation de plan d'entraînement spécialisé dans la remise en forme et la perte de poids.

DIPLOMES ET FORMATIONS

sept. 2017 / juil. 2018

BPJEPS AF - BAC

CREPS de Reims

COMPETENCES

- Encadrer et conduire des actions d'animation dans les activités de la forme□
- Concevoir la séance selon le niveau du public et préparer le matériel et les équipements.
- J'aime également concevoir des projets d'animations afin de promouvoir mon activité.
- Mes coaching sont effectués sur mesure, j'utilise un logiciel qui me permet d'optimiser la qualité de service qui est ma priorité.
- Mon parcours en sport santé, mes lectures et mon expérience, me permettent d'encadrer le plus grand nombre de personne en sécurité.

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Français