

Entraîneuse

FORMATIONS

- ISSA - PERSONAL TRAINER CERTIFICATION
- SAFS - SWISS ACADEMY OF FITNESS AND SPORTS
- ERNÄHRUNGS COACH (COACH EN NUTRITION)
- PERSONAL TRAINING
- SYPOBA BY ROBIN STAEDLER - BASIC TRAINER
- BODYCROSS GERMANY - FUNCTIONAL FITNESS (ENTRAÎNEMENT FONCTIONNELLE)
- PLUSIEURS SÉMINAIRES D'HALTÉROPHILIE

EXPÉRIENCE

- PROPRIÉTAIRE D'UN STUDIO DE COURS DE GROUPE ET PERSONAL TRAINING EN SUISSE PENDANT 3 ANS
- 5 ANS D'EXPÉRIENCE DANS LE DOMAINE DU COACHING
- ATHLÈTE DANS PLUSIEURS DISCIPLINES (BODYBUILDING, POWERLIFTING, ETC.)

SPÉCIALISATIONS

- COURS DE GROUPE
- ENTRAÎNEMENT PRIVÉ
- RÉÉDUCATION ET STRATÉGIE ALIMENTAIRE
- COMPOSITION CORPORELLE
- TROUBLE ALIMENTAIRE
- COMPRENDRE LES MOUVEMENTS

(418) 390-4066

SAINTE-MARIE

