Béatrice Bollon

Coach sportif, Athlé Loisirs F.F.A. et de marche nordique. Animatrice de sport, loisirs, périscolaire, soirées et disc-jockey pour tous âges. Trilingue anglais/ espagnol/français. Organisation d'événements. Expérience en G.B., France et Suisse. Dynamique, créative.



Adresse temporaire à suivre (déménagement IDF)
96 place Germain Sommeiller, Im. Le Savoy
74490 St Jeoire.
Tel. portable : 06.95.53.54.26 / Skype : GOAL4IT.
E-mail : bbollon.pro@gmail.com.

Nationalité française.
Née à Aix-les-Bains, 73.
Permis auto B.

COMPETENCES PROFESSIONNELLES

- **Coach sportif :** cours privés et collectifs pour enfants, adultes et séniors. Création de programmes d'entrainement, style de vie et nutrition (basique) personnalisés. Tests de santé et de forme.
  Spécialités: coach Athlé Loisirs F.F.A. *(*marche nordique, course à pieds), enfants, séniors, sport sur ordonnance, perte de poids, renforcement musculaire, endurance cardio-vasculaire, préparation physique, bootcamp, urban training, stabilité (swiss ball, Bosu…), souplesse, circuits, jeux, boxing et kickboxing pour la forme, kettlebells, sangles de suspension.
- **Animatrice** de loisirs (tous âges) -sport, fitness, fêtes dansantes/DJ, jeux, en français et/ou anglais-.
- **Enseignement périscolaire de l'anglais**, ludique et initiatique (sport, jeux, danse, chant, etc).
- **Commerce** : événementiel, administration, vente, promotion et marketing.
- **Relations humaines**: capacité à diriger une équipe, encadrer un groupe, motiver et mobiliser les compétences vers un but fixé. Coaching.
- **Informatique** : MAC, PC, internet, réseaux sociaux, Adobe Photoshop et Illustrator.

RÉUSSITES NOTABLES

- Plusieurs championnats de France en 400 m./400 m. haies (1984) + record Dauphiné Libéré de 320 m haies.
- Organisation, MC ou DJ d'événements de sport, rencontre, concert, anniversaires ou mariages réussis.

COMPÉTENCES PERSONNELLES

Dynamique, enthousiaste, humour, bon contact, écoute, créative, adaptable, esprit d'équipe, autonome, polyvalente, organisée, fiable et travailleuse. Calme en cas de crise. Résous des problèmes. Coach, mentor.

LANGUES

Bilingue anglais (vécu 12 ans à Londres, G.B.) - **Espagnol** (intermédiaire) - **Français** (langue maternelle).

EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

2015-prés. : DJ B! Events (indépendant). Haute-Savoie, FR/Suisse. *Animatrice Disc-Jockey* (temps partiel). Animation, administration, marketing, vente, promotion (réseaux sociaux, etc), création de sites et flyers.

2007-'17.: STARFIT coaching (indépendant)**.** Londres/Haute-Savoie, FR/Suisse. *Coach sportif* (temps partiel). Coaching individuel, cours collectifs. Evaluation (style de vie, tests de santé/forme). Ecriture de programmes personnalisés (sport & nutrition). Administration, marketing, vente, promotion, création de sites et flyers.

Eté '18 : VVF. Méjannes-le-Clap, Gard (club de vacances familial). *Animatrice de sport et soirées*. Encadrement de marche nordique, fitness, pétanque, volley, hand, foot, karaoké, film. DJ. Achat d'équipement.

Eté '17 : **Village Club du Soleil**. Arc 1800, 73. *Animatrice de sport/ Prêt de matériel rando./Accueil Spa.* Encadrement (pour adultes/enfants) de fitness, ballades, marche nordique, volley-ball et jeux. Nettoyage.

2015-'17 : Ecoles primaires de Seynod, Ecole Bilingue de Haute-Savoie (Annecy), **Ecole primaire St Vincent** (Collonges-sous-Salève), 74. *Animatrice périscolaire de sport en anglais "English fitness" (CP à CM2). Méthodes de G.B., U.S.A. et FR avec activités collectives et individuelles de fitness, jeux et danse avec vidéos.*

2015-'16 : Ecoles maternelle et primaire de Chilly. 74. *Animatrice périscolaire d'initiation ludique à* l'anglais. Jeux, chants, danse, lecture d'histoires, sport, exercises écrits, dessin, etc.

07/'14: AFCV Etoile du Matin. Jasseron, 01. *Animatrice vélo et enfants.* Colonie de vacances/centre de loisirs.

Juin '10: GEMS HAMPSHIRE SCHOOL. Londres, G.B. Ecole primaire privée. *Assistante d'institutrice* (intérim)
• Encadrement individuel et collectif d'enfants de 3 ans (enseignement, lecture, activités, jeux, cantine).

2005-'06: CIRCLE HEALTH CLUB (privé) **- FITNESS FIRST**. Londres. *Instructeur de la forme et de plateau cardio/musculation*. Evaluation (style de vie, tests de santé et fitness); Ecriture de programmes personnalisés.

1997 (3 mois) **: ECOLES PUBLIQUES PRIMAIRES**. Paris 16ème/17ème. *Institutrice suppléante* (6-11 ans).

'95 (1 mois) **: OFFICE MUNICIPAL DE LA JEUNESSE/CENTRE DE LOISIRS**. Choisy le Roi, 94.
Monitrice de loisirs. Encadrement d'adolescents durant leurs activités (piscine, cinéma, guide V.T.T., etc).

DIPLÔMES ET FORMATIONS

2016 **FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME**. Lyon, 69. *CQP Athlé Loisirs-Animateur d'Athlétisme* (course à pieds, marche nordique, préparation physique, remise en forme).

2014 **DDCS 74**. *BPJEPS A.G.F.F.* (Brevet Professionnel des Activités Gymniques de la Forme et de la Force). Mentions "forme en cours collectifs" et "haltères, musculation et forme sur plateau".

2014 **POINT BLANK music school**. Londres, G.B. *Animatrice Disc-Jockey*. Formation de niveau avancé.

2011 **YMCA FIT**. Londres, G.B. *CYQ niveau 3 Instructeur d'exercice fonctionnel pour les seniors*.

2010 **YMCA FIT**. Londres. *CYQ niveau 3 Instructeur de sport sur ordonnance médicale.*

2010 **NORDIC WALKING U.K.** Londres. *Instructeur de marche nordique*.

2010 **THUMP**. Londres. *Instructeur de niveau avancé en boxe et kickboxing pour la forme*.

2010 **OPTIMAL LIFE FITNESS**. Londres. *Instructeur en Kettlebell Extrême (E. K. I.)*

2009 **YMCA FIT**. Londres. *CYQ niveau 3 Instructeur bootcamp & entrainement dans divers environnements* (marche nordique, circuits, jeux, utilisation du corps ou d'équipements portables).

2009 **YMCA FIT**. Londres. *CYQ niveau 2 Instructeur de sport pour enfants relatif à la santé*.

2006 **YMCA FIT.** Londres. *CYQ niv. 3 Coach sportif/Premiers Secours+ niv. 2 Strike* (boxe pour la forme).

'04-'05 **HFI**. Londres. *Préparation à l'examen ACSM* (American College of Sports Medicine) de *niveau 3*.

2004 **HFI**. Londres. *Instructeur de fitness* ACSM (American College of Sports Medicine) *de niv. REPS 2*.

1998 **V.T.T. ORGANISATION LOISIRS**. Saint-Anthème, 63. *Brevet Fédéral de V.T.T. de niveau 1* (B.F. 1).

1997 **CREPS ALPES-VIVARAIS.** Vallon Pont d'Arc, 26. Formation au B.E.E.S. 1 V.T.T. (1 mois).

1996 **DIRECTION DEPARTEMENTALE JEUNESSE ET SPORT**. Créteil, 94. *Tronc commun B.E.E.S. 1*.

1986 **I.U.T. Valence.** 26. *D.U.T. Techniques de Commercialisation* (Diplôme Universitaire de Technologie).

1984 **Lycée Marlioz**. Aix-les-Bains, 73. *Baccalauréat D* (biologie, mathématiques, physique).

AUTRES EXPERIENCES NON RÉMUNÉRÉES, LOISIRS ET CENTRES D'INTERÊTS

- Stage CQP Athlé Loisirs d'un an ('15/'16) avec le club ASJ 74, St Julien en Genevois, 74 : encadrement de séances de marche nordique, running débutants, préparation physique générale -PPG- et tests de forme.
- Organisation d'événements privés/publics : V.T.T., voile, randonnée raquettes, rencontre sociale, concert/D.J.
- Sports pratiqués : musculation, jogging, randonnée de montagne, raquettes, marche nordique, vélo, V.T.T., ski nordique et alpin, volley-ball.
- Animatrice disc-jockey &/ou organisatrice d'événements (max. 100 pers.). 2011-'13 (Londres); 2014 (26, FR).
- Aime : la nature, le contact, les enfants, le sport, la musique, les voyages, la photographie, la création audio-visuelle, lire, apprendre, les actions caritatives, le coaching de vie, le développement personnel.