

- **HELMI HOUILI**
- +216 52 47 63 77
- Hilmihouili2@gmail.com

- **Coach sportif indépendant**

À propos de moi

Éducateur et nutritionniste sportif avec 5 ans d'expérience sachant fidéliser la clientèle sur le long terme et l'accompagner dans la montée en compétence physique et mental avec un suivi nutritionnel complet. Garant de la sécurité et de la satisfaction des élèves qui me sont confiés.

Titulaire d'une carte professionnelle 1er degré De coach sportif depuis 2018. Sous la **FTC** tunisienne

Athlète (fitness, CrossFit, power lifting) et passionné du sport

***Expérience professionnelle**

Coach sportif (PERSSONNEL TRAINER)

- Encadrer des cours de fitness (jusqu'à 12 séances par semaine), adaptés au niveau et aux objectifs du public.
- Animer des cours collectifs type BODYPUMP, CrossFit, stretching, renforcement musculaire et similaires.
- Proposer des programmes de musculation en fonction des objectifs et de la condition physique de la personne concernée.
- Motiver les participants et les aider à développer leur confiance en eux.
- Créer une ambiance particulière pour les adhérons.
- Donner un régime alimentaire pour chaque individu selon ses besoins, à partir de son âge, poids, taille, condition physique et objectif.

***Compétences techniques**

- Techniques d'animation de groupe
- Évaluation du niveau du pratiquant
- Suivi du matériel et de l'équipement
- Règles de sécurité des biens et des personnes
- Permis : permis de conduire type A1, B, H

***Compétences non-techniques**

- Sens de la pédagogies
- Capacités d'écoute
- Fidélisation de la clientèle
- Compétences commerciales
- Soutien morale et psychologique

***Langues:**

Anglais

Français

***Certifications**

Carte professionnelle 1er degré De coach sportif

* **Diplôme. Formation accélères :**

Diplôme en informatique

Diplôme en pâtisserie française et tunisien

- Préparer la pâte pour les tartes, les pains et les petits pains, les sucreries, les muffins, les biscuits et les gâteaux ainsi que les glaçages, selon les recettes ou les commandes spéciales des clients ;
- Faire fonctionner les machines ;
- Faire cuire les produits préparés ;
- Glacer et décorer des gâteaux ou d'autres produits de boulangerie ;
- S'assurer que les produits sont à la hauteur des normes de qualité exigées ;
- Établir un calendrier de production pour déterminer la gamme et la quantité d'articles à produire ;
- Acheter les fournitures de boulangerie et de pâtisserie ;
- Voir, au besoin, à la vente et à la mise en marché des produits ;
- Engager, former et superviser, au besoin, le personnel de cuisine et de boulangerie-pâtisserie.

***Centres d'intérêt**

Pêche

Randonnée

Chasse

Cuisine

Bricolage