



Solène Bodard

Entraîneur technique régional
ligue de France d'athlétisme
8 ans

Athlète de haut niveau
sprint / haies
9 ans

Educatrice sportive
6 ans



Solène BODARD

190 rue des chataîgniers
91640 Briis-Sous-Forges
06 89 46 99 16
solene.bodard@gmail.com
www.solenebodard.fr

38 ans
mariée
3 enfants
permis B & véhicule

Domaines de compétences

Enseignement et entraînement sportif (jusqu'à 30 participants par cours)

- Organiser un programme d'activités respectant une progression pédagogique,
- Expliquer les règles de la discipline sportive, ainsi que le fonctionnement et le maniement du matériel et des équipements,
- Enseigner les techniques fondamentales des disciplines (nombreuses disciplines sportives individuelles et collectives),
- Faire acquérir les apprentissages moteurs, en montrant et en corrigeant les postures physiques,
- Entraîner des sportifs de haut niveau, les préparer et les accompagner dans des compétitions nationales et internationales,
- Accueillir des publics variés, être à l'écoute de leur demande, conseiller

Pratique sportive de haut niveau

- Effectuer des entraînements réguliers,
- Participer à des compétitions nationales et internationales,
Jeux de la Francophonie et 2 Championnats du Monde (Athlétisme, sprint et haies)
- Maintenir des efforts physiques et nerveux prolongés, posséder un esprit d'équipe, se fixer des performances de haut niveau.

Parcours professionnel

Depuis 2011	Entraîneur technique régional à la ligue de France d' <u>athlétisme</u>
2018 - 2019	Stage préparateur physique <u>football</u> , D1 Féminine, N2 Homme, FCF91 coeur d'Essonne
30 jan 3 fev 2018	Stage préparateur physique, Groupe Professionnel de l'ESTAC <u>Football</u> Ligue 1 à Troyes Tuteur : Pascal Faure
2 nov 2017 5 avr 2018	Stagiaire en perfectionnement sprint/haies et <u>préparation physique</u> (CDFAS Eaubonne 95). Tuteur: Oliver Marchand
2015 - 2017	Conseillère commerciale, Caisse d'Epargne, Etréchy, 91
2014 - 2015	Conseillère d'accueil, Banque Populaire, Rambouillet, 78
2005 - 2014	Educatrice sportive et Socio-culturelle, Versailles, St Quentin en Yvelines, Profession Sport

Formations et enseignements

2019	Formation CFF3 module séniors
2018 - 2019	Certificat de préparateur physique récupération et nutrition, TRANS-FAIRE
2018 - 2019	Certificat de psychologie du sport et préparation mentale, TRANS-FAIRE
2018 - 2019	DE JEPS perfectionnement sportif, athlétisme et disciplines associées
2013 - 2014	BTS Banque option Marché des particuliers, GEFOR 75
2008	Diplôme d'Entraîneur d'Athlétisme, CREPS de Wattignies à Lille 59
2006	Moniteur régional d'athlétisme, CDFAS Ermont Eaubonne 95
2005	B.P. JEPS Activités Physiques pour Tous, Juvisy 91
2002	Niveau capacité en Droit, Paris X à Nanterre 92

Centres d'intérêts

Football	équipe 3 seniors FCF91 Coeur d'Essonne
Athlétisme	club Neuilly Plaisance Sports
Golf	UGOLF Academy Stade Français