CLAIRE CHRISTE

Enseignante en activité physique adaptée

+ 41 78 918 57 66

cclaire2@hotmail.com

Route Nicolas-Chenaux 13,
1700 Fribourg , CH

Née le 02.07.1996

Compétences

- Bienveillante et pédagogue
- Autonome, organisée et dynamique
- Recherche et invention d'exercices adaptés
- Mise en place de programme d'activité physique
- Anticipation et adaptation d'une activité
- Collaboration avec une équipe pluridisciplinaire

Langues

Français: langue maternelle

Anglais: C1

Allemand: B2

Espagnol: B2

Centres d'intérêt

- Course à pied, vélo, crossfit, surf
- Santé mentale et physique
- Lecture

Objectif professionnel

Dynamique et passionnée par l'activité physique et ses bienfaits, mes expériences m'ont permis d'acquérir des compétences variées auprès de différentes populations. En quête d'un nouveau challenge, je souhaite découvrir de nouveaux publics et contribuer à leur bien-être. Autonome et à l'écoute, je m'engage à créer un environnement inclusif où chacun peut s'épanouir.

Parcours professionnel

Depuis 05.2021

Association HappyMove

Monitrice en activité physique adaptée

- Créer et dispenser des cours d'APA aux femmes en post-partum
- Mise en place et promotion du programme, recherche de fonds
- Gestion des participantes et de la communication (réseaux sociaux, flyering)

05.2022 - 08.2024

Hop Santé

Coach en activité physique

- Dispenser des cours d'activité physique pour les + 40 ans et EPAD
- Création de séances, suivi des clients et des inscriptions
- Implications dans divers projets visant le développement de l'entreprise

06.2021 - 09.2023

Fondation USCADE

Monitrice en activité physique adaptée

- Cours d'activité physique et de natation pour les enfants en surpoids et en situation d'obésité

Formations

2021 – 2023

Master en sciences du mouvement et du sport, orientation activités physiques et santé

Université de Lausanne

2017 – 2020

Bachelor en sciences du sport et la motricité

Université de Fribourg

2015 – 2016

Cambridge English: Advenced

Pace Language Institute (Ireland)

2012 – 2015

Maturité gymnasiale, option espagnol et sport

Lycée cantonal, Porrentruy