

## Isabelle MOUNIER – ANIMATRICE DE LOISIRS SPORTIFS



### E-mail

isabellemounier@yahoo.fr

### Adresse

8 Allée de la Bruyère 78610  
Auffargis

### Téléphone

07 66 38 21 72

### Date de naissance

14-11-1963

DISPONIBLE POUR DES  
REPLACEMENTS

### COMPÉTENCES

Publics Séniors, adultes

Débutants, Intermédiaires

- **Gym entretien** De l'Activité diversifiée en musique (tendance Body balance, Dance, cardio boxing, fitt stiks) au renforcement musculaire
- **Gym Douce** De la mobilité au stretching (Tendance Body zen)
- **Séniors et mouvement** un entretien ludique de l'aisance du mouvement et de l'autonomie. Mémoire-Equilibre-Mobilité
- **Pilates** ( a venir, formation prévue en 2024 )

## EXPÉRIENCES

### Animatrice Sportive 2021 – 2023

A partir de septembre 2023	Public Séniors <i>Gym entretien, Séniors et mouvement</i>	OBAM – Le Mesnil Saint Denis
Depuis septembre 2022	Public Adultes <i>Gym entretien</i>	AGSE Gymnastique - les Essarts le Roi
Depuis Janvier 2022	<i>Public Séniors Gym entretien, Gym Douce</i>	<i>Sports et Loisirs Séniors Maurepas Elancourt</i>
Septembre 2021 - Octobre 2021	<i>Publics adultes et séniors Gym entretien, Gym Douce</i>	<i>Association US Maule GV RP</i>

### Animatrice Sportive Stagiaire 2019 – 2020

Mars 2020 - Juin 2020	<i>Publics adultes et séniors, Cours en visioconférence, Gym entretien, Gym Douce</i>	<i>MJC Les Clayes Sous-Bois</i>
Novembre 2018 - Novembre 2019	<i>Publics adultes et séniors Cours en présentiel Gym entretien, Gym Douce</i>	<i>ASSOCIATION SPORTIVE du Mesnil Saint Denis, L'ELAN Sport pour Tous du Perray en Yvelines, GYMNASTIQUE VOLONTAIRE de Vélizy Villacoublay</i>

## Enseignement de la Danse

1991 (remplacement)	<i>Public enfants préados 6-12 ans, Danse Contemporaine</i>	<i>Conservatoire de Ballancourt</i>
---------------------	---	-------------------------------------

## FORMATION

Projet 2024 : **Instructeur Pilates, Leaderfit**  
2023 **Certification Séniors et Mouvement, Institut Blandine Calais Germain**  
2020 **CQP ALS AGEE Sports Pour Tous**  
1991-1992 **Auditeur Libre Section Danse Université Paris VIII**  
1984-1993 **Formation en Danse Classique, Contemporaine et Jazz**  
1981 **BAFA ATC**