



profession
sport & loisirs
Sarthe

Le



des

SALARIES

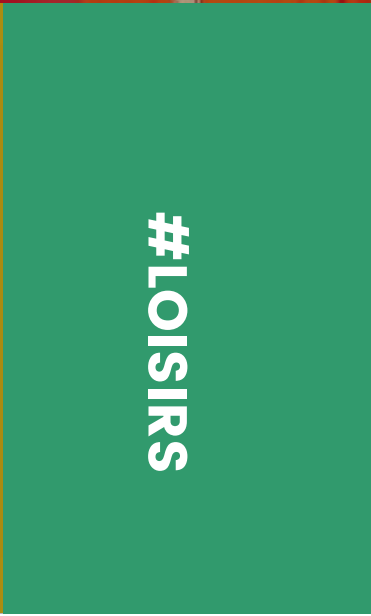
#SPORT



#CULTURE



#LOISIRS



#ANIMATION



AGEE : Activité Gymnique d'Entretien et d'Expression

ALD : Affection de Longue Durée

APAS : Activité Physique Adaptée et Santé

APT : Activité Physiques pour Tous

BAFA : Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur.

BPJEPS : Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport

BNSSA : Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique

CAP : Certificat d'Aptitude Professionnelle

CIP : Certificat d'Initiation plastiques

CQP : Certificat de Qualification Professionnelle

DEUG : Diplôme D'Études Universitaires Générales

DNAP : Diplôme National d'Arts Plastiques

DU : Diplôme Universitaire

EAT : Examen d'Aptitude Technique

EPGV : Éducation Physique et Gymnastique Volontaire

FFMJC : Fédération Française des Maisons des Jeunes et de la Culture

IRS : Insertion et Réinsertion Sociale

JSJO : Jeux Sportifs et Jeux d'Oppositions

L.I.A. : Low Impact Aerobics (Cours de cardio-training chorégraphié)

PSC 1 : Prévention et Secours Civiques de niveau 1

PSE1 : Premiers Secours en Équipe de niveau 1

PSSM : Premiers Secours en Santé Mentale

STAPS : Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives

Didier BESLAND P.4

Qi Gong gym

Karine BEAUMONT P.5

Dessins - Linogravure - Peinture - Modelage céramique - Création volume (papier mâché, terre, plâtre)

Axel BOCHEREAU P.6

Activité Physique Adaptée et Santé - Pilates - Badminton - Marche nordique

Christine BORIE P.7

Yoga - Péda Yoga - yoga de Samara - Méditation

Christine BOS P.8

Arts plastiques - Dessin - Peinture - Sculpture sur pierre

Ludivine BOURREE P.9

Sport santé APA - Renforcement - Cardio - Circuit Training - Cardioboxe - Stretching - Yoga de Gasquet - Pilates - Equilibre - Mobilité- Gym douce sur chaise public séniors - Gym d'entretien adaptée - Prévention des chutes

Adeline CHAUVIGNÉ P.10

Danse - Spécialités Pilates et Stretching

Maël COËDEL P.11

Pilates - Yoga - Renforcement musculaire - Stretching - Course à pied - Marche nordique - Crosstraning - Relaxation

Nathan CUEFF P.12

Activité Physique Adaptée et Santé - Basket ball - Fitness - sports collectifs et individuels

Lucas CUREAU P.13

Sports collectifs et jeux sportifs en groupe (baseball, basketball, rugby, handball, football, ultimate etc...) - Sports individuels (tennis, Athlétisme, randonnée, cyclisme, tennis de table, etc ...) - Sport adapté - Sport santé

Annette DEGRAS P.14

Danses de Salon : Valse, Quickstep, Foxtrot, Tango, Valse Viennoise - Danses Latines : Cha Cha Cha, Rumba, Samba, Jive, Paso Doble

Anne Claire DELANGE P.15

Massages Ayurvediques - Ateliers philosophiques et bien être - Yoga adultes, enfants et parents/enfants - Méditation

Stéphanie DÉLÉPINE P.16

Do In (auto massages et enchainements de Qi Gong), relaxation, Initiation au Shiatsu

Chloé DUBOIS P.17

Yoga Pré et post natal - Yoga - Hatha Yoga - Vinyasa - Relaxation

Isabelle FLANDRIN P.18

Zumba - Cardio et renforcement - Pilates

Emmanuèle GABRIÈLE P.19

Théâtre - Écriture - Analyse des pratiques professionnelles et bénévoles

Fanny GOURDEAU P.20

Gymnastique volontaire - Pilates fondamental et intermédiaire - Pilates adaptés - Pilates avec petits matériels - Sport Santé

Teresita HOUDU SOTO P.21

Anglais, Espagnol, Italien

Asma HUBINEAU P.22

Chorégraphie/interprétation/animation en danses du Monde - Conférences autour des danses du bassin

Ibrahima KONÉ P.23

Initiation musicale et Cours musicaux - Team building

Brigitte LANDAIS P.24

Yoga - Hatha Yoga - Relaxation - Massage
bien-être - Massage assis du dos

France-Flora LAROCHE P.25

Dessin - Peinture - Modelage - Confection
à thèmes

Corentin LEROUX P.26

Tennis de table

Manuela SANTOS MARINA P.27

Activité Physique Adaptée et Santé - Baby
gym

Nadège MINEAU P.28

Scrapbooking - Langue des signes français
- Langue des signes pour bébé

SALIN Florian P.29

Athlétisme enfants - Running - Pilates - Gym
douce - Préparation physique générale -
sport santé

Chahramane Imène SEBAHA P.30

Comédie - Conte - Mise en scène - Art
dramatique

Ludovic TIMON P.31

Théâtre - Écriture - Mise en scène

Willy TORTEVOIS P.32

Sport Santé - Judo - VTT

Fabrice TOURMEZ P.33

BD - Dessin - Dessin de presse

Laurence URSTEIN P.34

Fitness (L.I.A. - body Sculpt) - Remise en
forme

DIDIER BESLAND

Qi Gong gym

Didier est Professeur de Qi Gong diplômé depuis 2015. Il a suivi sa formation à l'École du Centre Tao de Joué-lès-Tours et vous propose un Qi Gong accessible à tous et à tout âge de la vie ! Pour lui, cette discipline est une gymnastique de santé et de longévité qui lui a beaucoup apporté tout au long de sa carrière.

COMPÉTENCES

- Qi Gong et art énergétique
- Liao Fa (Qi Gong médical)



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Sénior



KARINE BEAUMONT

**Dessins - Linogravure - Peinture - Modelage céramique
- Création volume (papier mâché , terre, plâtre)**

Karine encadre des activités d'arts plastiques depuis plus de 30 ans dans des centres socio-culturelles ou au sein de foyers de vie pour des personnes en situation de handicaps. Passionnée par son métier, elle aime innover et permettre à chacun de trouver son mode d'expression et d'épanouissement personnel.

DIPLÔMES

- BAC A (arts philosophie)
- CIP (certificat d'initiation plastiques).
- DNAP (diplôme national d'arts plastiques).



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situations de handicaps



AXEL BOCHEREAU

Activité Physique Adaptée et Santé - Pilates - Badminton - Marche nordique

Axel, enseignant en activité physique adaptée et Santé, est très polyvalent. Il aime transmettre sa passion au travers des diverses activités qu'il propose et s'adapte aux différents publics. Il peut passer d'un sport de raquette à une activité aquatique, travailler auprès d'un public jeune, en situation de handicap et auprès de personnes âgées.

DIPLÔMES

- Master Activité Physique Adaptée et Santé
- DU Sport et Cancer
- Diplômes Pilates (Matwork 1 et 2 - femme enceinte et sénior)



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap
- ALD / Sport Santé



CHRISTINE BORIE

Yoga - Péda Yoga - yoga de Samara - Méditation

Jeune retraitée, ancienne éducatrice et enseignante de jeunes enfants, Christine est une professeure de yoga aux multiples talents. Elle vous fera suivre le chemin de l'équilibre physique, émotionnel et psychique à travers le yoga de Samara qu'elle vous propose de partager avec le plus grand nombre ; des tout petits aux plus grands.

DIPLÔMES

- Formation monitrice de yoga de Samara
- Formation de EYME - Ecole des Yogas et Méditations de l'Ermitage
- Formation de Peda Yoga



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors



CHRISTINE BOS

Arts plastiques – Dessin – Peinture – Sculpture sur pierre

Issue d'une famille de peintre et sculpteur, Christine s'est forgée dans le domaine artistique. Son plaisir c'est la pédagogie et son objectif est de vous permettre de découvrir des territoires inconnus au travers des arts plastiques, du trait et de la couleur ! N'hésitez pas à faire appel à ses services si vous souhaitez partager une belle aventure !

FORMATION

École de dessin et de stylisme Geoffrin BYRS à Paris



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes



LUDIVINE BOURREE

**Sport santé APA - Renforcement - Cardio - Circuit Training -
Cardioboxe - Stretching - Yoga de Gasquet - Pilates - Equilibre -
Mobilité- Gym douce sur chaise public séniors - Gym d'entretien
adaptée - Prévention des chutes**

Educatrice sportive depuis 12 ans, spécialisée en technique douce Pilates et yoga méthode de Gasquet, Ludivine est passionnée de sport santé. Quelque soit la discipline ou le type de public, elle essaie au mieux d'adapter ses cours, avec pour objectif de procurer du bien-être et du mieux-être aux participants.

DIPLÔMES

- CQP animateur de loisirs sportifs option AGEE
- Pilates MAT I et II
- Formation petit matériel (fitball; swissball; cercle pilates; foam roller; elastiband...)
- Pilates flow et mobilité
- Yoga de Gasquet
- Formation régulière gym tendance, circuit training, fitstick, cardioboxe



PUBLICS

- Adultes
- Séniors
- Femmes enceintes



ADELINE CHAUVIGNÉ

Danse - spécialités Pilates et Stretching

Adeline, professeure de danse confirmée, est passionnée par la danse et les spectacles. Dynamique et créative, elle sait parfaitement s'adapter aux lieux et aux personnes pour répondre au mieux à leurs besoins.

DIPLÔMES

- Master en Cinématographie
- Diplôme d'Etat de Danse option Modern Jazz
- E.A.T Contemporain
- Pilates (Matwork 1 et 2 - Femme enceinte et sénior)
- BAFA



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Femmes enceintes



MAËL COËDEL

**Pilates - Yoga - Renforcement musculaire - Stretching
- Course à pied - Marche nordique - Crosstraining -
Relaxation**

Maël est un éducateur sportif confirmé qui s'est spécialisé en méthodes douces et fonctionnelles. Il puise dans ses compétences multiples pour permettre à son public de progresser individuellement et collectivement. Ce qu'il recherche avant tout : l'efficacité du mouvement et du corps, la sécurité et l'adaptation aux besoins de chacun.

DIPLÔMES

- Brevet d'Etat d'Éducateur Sportif APT
- Licence STAPS - APAS
- Diplôme d'instructeur de marche nordique
- Pilates Matwork I et II
- Formations Yoga (Méthode Gasquet et Yoga pour enfants)
- Maladies chroniques et APAS



PUBLICS

- Enfants
- Adultes



NATHAN CUEFF

Activité Physique Adaptée et Santé - Basket ball - Fitness - sports collectifs et individuels

Nathan fait du sport depuis l'âge de 4 ans et a su transformer sa passion en métier. Très polyvalent, dynamique et toujours de bonne humeur, il mène ses séances avec la participation du public dans une ambiance conviviale. Les activités sportives qu'il encadre permettent à chacun de rester en bonne santé (physique et mentale), et de progresser sur le plan technique.

DIPLÔMES

- Licence (STAPS) - APAS
- DEUG STAPS – Equivalent BAFA
- En cours : Brevet de Formation Adultes (entraîneur de basket-ball)



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Personnes en situation de handicap



LUCAS CUREAU

Sports collectifs et jeux sportifs en groupe (baseball, basketball, rugby, handball, football, ultimate etc...) - Sports individuels (tennis, Athlétisme, randonnée, cyclisme, tennis de table, etc ...) - Sport adapté - Sport santé

Lucas fait partie de ces personnes qui ont su transformer leur passion en métier. Il aime encadrer toutes les activités physiques et sportives, qu'elles soient individuelles ou collectives, pour tous les publics. Il sait aussi parfaitement s'adapter aux objectifs de chacun tout en permettant aux sportifs qu'il encadre de prendre du plaisir. N'hésitez pas à faire appel à ses services tout simplement pour pratiquer du sport avec comme finalité le bien-être, la santé mais aussi pour vous dépasser, progresser ou favoriser une meilleure cohésion d'équipe...

DIPLÔMES

- BPJEPS option APT
- BNSSA
- PSE1
- Formation Multi-activités Adaptées Aux Seniors
- Formation Activités Physiques et Maladies Chroniques



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap

ANNETTE DEGRAS

**Danses de Salon : Valse, Quickstep, Foxtrot, Tango, Valse Viennoise -
Dances Latines : Cha Cha Cha, Rumba, Samba, Jive, Paso Doble**

Annette DEGRAS est une professeure de danse récemment venue d'Angleterre , membre de l'Académie des Maîtres de Danse de France.

Elle est animée d'une véritable passion pour la danse qui a d'abord débutée pendant ses études avant de devenir une compétitrice renommée. Pour elle, danser rime avec plaisir et bien être ; Elle encadre aussi bien des cours collectifs qu'individuels et souhaite vivement continuer de partager les joies de la danse. Elle vous fait la promesse de passer des moments amusants et fun tout en prenant soin de votre santé.

DIPLÔME

Diplôme de professeur des danses de salon et des danses Latines obtenu à la National Association of Teacher of Dancing.



PUBLICS

- Adolescents
- Adultes
- Séniors



ANNE CLAIRE DELANGE

Massages Ayurvediques - Ateliers philosophiques et bien être - Yoga adultes, enfants et parents/enfants - Méditation

Anne-Claire a suivi une formation de professeure de yoga, à Paris et en Normandie, mettant l'accent sur l'expérience vécue et le respect de l'authenticité indienne. Pour elle, le yoga permet un mieux vivre avec soi-même et le monde extérieur. Cette pratique est également avant tout un art de vivre.

DIPLÔMES

- Certificat de professeure de Yoga
- Certificat de massage ayurvédique
- Formation en animation philosophique
- Diplôme de sophrologie



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes



STÉPHANIE DELÉPINE

Do In (auto massages et enchainements de Qi Gong), relaxation, Initiation au Shiatsu

Passionnée par l'accompagnement des personnes dans le développement de la conscience de soi pour une meilleure santé, Stéphanie est animatrice de cours collectif de DO in et praticienne de Shiatsu (discipline énergétique japonaise proche de l'acupuncture mais sans les aiguilles et avec des pressions rythmées des doigts ou des mains). Au travers de l'encadrement de ses activités, elle permet à son public de tendre vers plus d'harmonie et d'équilibre du système énergétique du corps dans sa globalité. Elle vous aidera à reprendre conscience de votre corps et vous amène à vous débloquer par vous même : physiquement, psychologiquement et émotionnellement !

DIPLÔMES

- Diplôme de Spécialiste en Shiatsu
- Certificat d'animatrice de cours de Do In



PUBLICS

- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Personnes en situation de handicap



CHLOÉ DUBOIS

Yoga Pré et post natal - Yoga - Hatha Yoga -
Vinyasa - Relaxation

Après une carrière de 10 ans dans les Arts du Cirque en tant qu'acrobate aérienne, Chloé est depuis devenue professeure de Yoga Hatha, Vinyasa, et de yoga pré et post-natal avec la Méthode De Gasquet. Aujourd'hui, elle cherche davantage à développer son activité autour de la naissance pour accompagner les couples.

FORMATIONS

- Hatha Yoga
- Vinyasa
- Yoga pré et post-natal



PUBLICS

- Adultes
- Femmes enceintes



ISABELLE FLANDRIN

Zumba - Cardio et renforcement - Pilates

Isabelle est spécialisée en activités gymniques d'entretien et d'expression. Elle intervient auprès de tous les types de publics et permettra à chacun de progresser. Elle est capable de jongler entre activités physiques de remise en forme, ateliers de danse et de motricité, stretching et Pilates...

DIPLÔMES

- CQP animatrice de loisirs sportif option activités gymniques d'entretien et d'expression.
- CAP petite enfance



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Sénior
- Femme enceinte



EMMANUÈLE GABRIÈLE

Théâtre - Écriture - Analyse des pratiques professionnelles et bénévoles

Emmanuèle vous propose de redécouvrir le plaisir des mots, de les dire, de les écrire, de les danser, de les jouer ! Pour elle, pratiquer le théâtre est une passion qui englobe la scène, la lumière, les personnages, le texte... Elle est particulièrement sensible à la co-construction, au partage avec le public et apprécie de participer à des projets innovants.

DIPLÔMES

- Diplômes d'aptitude aux fonctions de Cheffe de Service Educatif et d'Éducatrice Spécialisée
- Licence de philosophie, option sciences sociales
- Formations à la pratique d'acteur, clown, danse, ateliers d'écriture, pédagogie du spectacle



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Personnes en situation de handicap



FANNY GOURDEAU

Gymnastique volontaire - Pilates fondamental et intermédiaire - Pilates adaptés - Pilates avec petits matériels - Sport Santé

Animatrice sportive depuis 2020 après une reconversion professionnelle, Fanny est passionnée de bien-être et de nature. Sensible à la préservation de notre bonne santé et de l'environnement, elle aime partager avec les personnes autour de ces sujets et propose des cours de gymnastique volontaire ainsi que de Pilates. La méthode Pilates qu'elle enseigne s'adapte à toutes les morphologies, à tout âge, aussi bien aux personnes faisant peu d'activité physique qu'aux sportifs plus aguerris : amélioration de votre posture, de votre santé, de votre bien-être général. En complément, ses séances de gymnastique volontaire apporteront un travail plus diversifié avec du cardio, du renforcement musculaire, mais également des techniques d'expressions et douces.

DIPLÔMES

- CQP animateur de Loisirs Sportifs option AGEE
- PSC1
- APA
- Matwork I et II - Pilates adapté



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Femmes enceintes
- Personnes en post-thérapies



TERESITA HOUDU SOTO

Anglais, Espagnol, Italien

Franco-cubaine, Teresita est une ex enseignante retraitée, de langues vivantes à Cuba et en France. Elle continue de partager au travers de ces cours, sa passion pour l'anglais, l'espagnol et l'italien.

Pour elle, c'est un plaisir de faire apprendre des langues étrangères aux francophones. Cela vous permettra d'enrichir votre culture et de bénéficier d'un apprentissage pratique.

Elle propose des ateliers de langue pour tout public. Elle apprend aux adultes les essentiels pour voyager, communiquer et travailler ; et pour les enfants elle anime des ateliers de langues ludiques constitués de jeux, chansons, comptines, et bien d'autres choses encore !!

DIPLÔMES

- Diplôme de professeur d'Anglais
- Diplôme de professeur d'Espagnol et de littérature
- Diplôme de professeur d'Italien



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors
- Femmes enceintes
- Personnes en situation de handicap



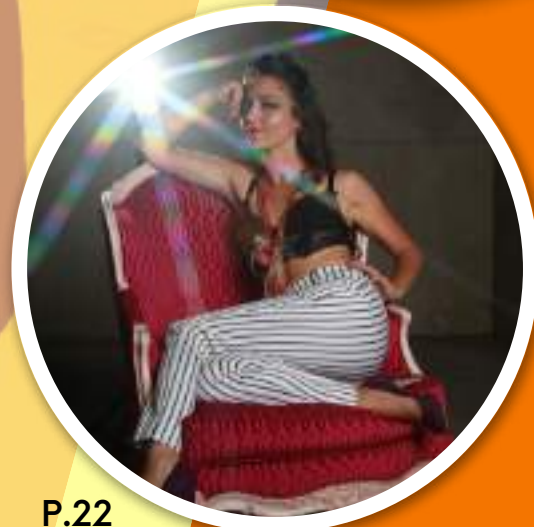
ASMA HUBINEAU

Chorégraphie/interprétation/animation en danses du Monde - Conférences autour des danses du bassin

Passionnée de danse depuis son plus jeune âge, son héritage culturelle lui a permis de devenir Professeure de danses du monde depuis 2006. Véritable technicienne, elle oriente son travail sur le dépassement des barrières culturelles et artistiques en proposant différents styles de danses telles que les danses africaines, orientales, bollywood, ... Son goût pour la découverte et le partage lui permet de côtoyer d'autres univers artistiques tels que le hip hop, le reggaeton et les arts du cirques. Pour elle, la danse rime avec passion et dépassement de soi.

FORMATIONS

- CQP Animatrice de Loisirs Sportifs option JSJO
- Formation en animation et encadrement d'ateliers Hip Hop à la FFMJC
- Formation danse fusion et utilisation d'accessoires dans la danse
- Formation sur les danses d'Afrique, d'Orient et urbaine
- Apprentissage des danses d'Afrique du Nord et danse classique



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes

IBRAIMA KONÉ

Initiation musicale et Cours musicaux - Team building

Percussionniste professionnel, Ibrahima aime transmettre sa passion. Les percussions africaines sont pour lui un moyen d'expression, de communication, d'évasion, de plaisir et de liberté !

DIPLÔMES

- Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateurs
- Agrément de l'Education Nationale



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap



BRIGITTE LANDAIS

**Yoga - Hatha Yoga - Relaxation - Massage bien-être -
Massage assis du dos**

Professeure de Hatha Yoga, Brigitte apprécie d'enseigner sa discipline avec douceur tout en permettant à nos corps de se tonifier et de s'assouplir harmonieusement. Elle possède également une expertise dans les domaines du massage et de la relaxation qu'elle souhaite aujourd'hui développer pour que davantage de personnes puissent prendre conscience de leurs corps et de leurs émotions. Sa motivation : le sourire de celles et ceux qui reviennent chaque semaine !

FORMATIONS

- Hatha Yoga
- Sivananda
- Pedayoga niveau III
- Yoga du rire



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Femmes enceintes



FRANCE-FLORA LAROCHE

Dessin - Peinture - Modelage - Confection à thèmes

Animatrice socio culturelle, intervenante en arts visuels et plastiques, France-Flora a tout au long de sa carrière été dans l'échange, le partage et la transmission. Elle accompagne les enfants vers l'autonomie et la découverte des pratiques artistiques. Présentées dans un cadre ludique, les activités qu'elle encadre permettront aux enfants d'exprimer leur potentiel de création, de réalisation, et de composition tout en s'amusant !

DIPLÔMES

- BAFA
- CAP petite enfance
- Formation Arts plastiques
- Formation «Accompagnement de l'enfant en situation de handicap à l'école»
- Brevet de Technicien d'Arts Graphiques



PUBLICS

- Enfants



CORENTIN LEROUX

Tennis de table

Grand amateur de sport, Corentin est un éducateur sportif spécialisé dans le tennis de table qu'il pratique depuis 20ans. Il apprécie tout particulièrement les autres et vous permettra de progresser, d'acquérir de nouvelles compétences tout en vous amusant.

DIPLÔMES

- Licence STAPS option Education et motricité
- Entraîneur fédéral tennis de table
- BNSSA



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors



MANUELA SANTOS MARINO

Activité Physique Adaptée et Santé - Baby gym

Éducatrice APAS, avec des centres d'intérêt pour la création et la customisation, la gymnastique rythmique et la marche rapide, Manuela est une personne polyvalente, joviale et très attentive. Elle vous propose des activités qui vous aident à développer les capacités physiques et psychiques de vos différents publics.

DIPLÔMES

- Master APAS
- Licence STAPS - APAS
- Pilates Matwork I (En cours)
- Formation d'animateur fédéral Baby Gym
- PSC 1



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap
- ALD / Sport Santé



NADÈGE MINEAU

Scrapbooking - Langue des signes français - Langue des signes pour bébé

Nadège est une personne malentendante qui sait s'adapter avec brio ! Elle maîtrise la langue des signes mais peut aussi s'exprimer oralement auprès de tous les publics. Aujourd'hui, Nadège a une autre activité principale mais souhaite mettre sa passion, le scrapbooking, au service d'un public varié. Mère d'une petite fille, elle a également l'ambition de proposer des ateliers "bébés signes".

COMPÉTENCES

- Formation positionnement et connaissance des besoins de l'enfant
- Compétences en scrapbooking et Langue des signes pour bébé



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Séniors



FLORIAN SALIN

Athlétisme enfants - Running - Pilates - Gym douce - Préparation physique générale - sport santé

Pompier volontaire et passionné de sport, Florian est expert en activité physique adaptée et santé. Il accompagne tous les types de public dans une perspective de maintien et de développement des capacités physiques. Il s'épanouit dans de nombreux domaines et peut être aussi un excellent éducateur sportif en athlétisme par exemple.

FORMATIONS

- Licence STAPS option APAS
- BPJEPS option APT
- DEUG STAPS
- Formation fédérale EPGV Cross Training – Pilates Matwork I, II et III
- Nutrition et micro nutrition
- Musculation fonctionnelle



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap
- ALD / Sport Santé



CHAHRAMANE IMÈNE SEBAHA

Comédie - Conte - Mise en scène - Art dramatique

Formée au conservatoire d'arts dramatiques du Mans, section professionnelle, Imène vous propose de mettre son talent et son expertise au service de vos publics. Elle intervient pour de la mise en scène théâtrale, de la danse, du chant et du conte. Elle peut également être seule sur scène dans sa spécialité qui est le conte.

DIPLÔMES

- Cinq années au Conservatoire du Mans en Art dramatique - Certificat de fin d'étude théâtrale
- Deux années de cycle d'enseignement professionnel initial théâtre



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes



LUDOVIC TIMON

Théâtre - Écriture - Mise en scène

Ludovic est animé par le théâtre et l'écriture depuis l'enfance. Il porte un regard attentif et bienveillant sur chacun.e, accompagne chacun.e pour ce qu'il/elle est, encourage et permet à chacun.e d'oser se dépasser. Il propose des ateliers de création théâtre et/ou écriture, pour le simple plaisir personnel, pour la stimulation collective ; ou bien encore, des actions de sensibilisation sur divers sujets et problématiques. Avec lui, vous pourrez (re)découvrir le plaisir d'écrire, de jouer, de révéler et développer des capacités quelquefois insoupçonnées.

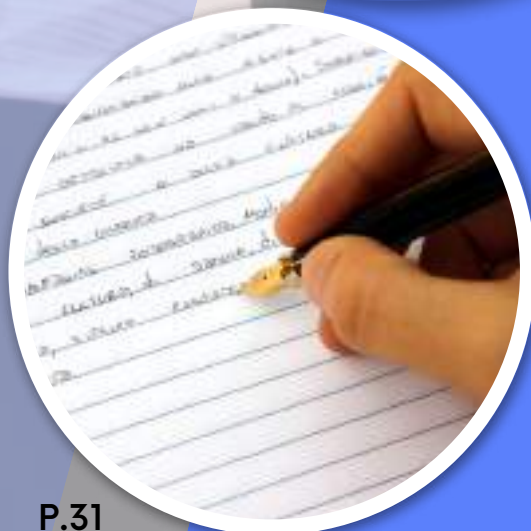
DIPLÔMES

- Licence d'études théâtrales
- DEUG Lettres et Arts - Histoire de l'Art - Théâtre
- BAFA
- PSSM



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Allophones
- Personnes en situation de handicap



WILLY TORTEVOIS

Sport Santé - Judo - VTT

Willy est une personne créative, bienveillante, impliquée et qui aime le travail en équipe. Issu d'une qualification en Sport Santé et bien-être avec une appétence pour le judo, il est passionné par l'encadrement d'activités physiques adaptées qui permettent de développer les capacités physiques et psychiques de chacun. Il est également capable d'apporter une réelle expertise technique et possède plusieurs années d'expérience dans le domaine de la formation.

DIPLÔMES

- Licence Professionnelle IRS option Ingénierie de Formation
- Qualification à l'enseignement «sport Santé bien être»
- Brevet d'Etat d'Educateur Sportif Judo 1er et 2e degré
- Qualification à la formation de futurs enseignants



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Personnes en situation de handicap
- ALD / Sport santé



FABRICE TOURMEZ

BD - Dessin - Dessin de presse

Fabrice alias "Troud" est bien connu dans le monde du dessin de presse et auprès du public sarthois. Il a collaboré avec de prestigieuses structures et dessine régulièrement pour Ouest-France. Il a obtenu quelques belles récompenses notamment celle reçue lors des Rencontres internationales du dessin de presse (RIDEP). La notion de transmission de savoir est l'une de ses premières motivations, le dessin a toujours été pour lui une passion, alors autant la partager, et aux publics qu'il encadre d'en profiter !

DIPLÔMES

- BAFA
- Agrément de l'Éducation Nationale



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes



LAURENCE URSTEIN

Fitness (L.I.A. - body Sculpt) - Remise en forme

Passionnée de fitness et de remise en forme, Laurence a accumulé plus de 30 ans d'expériences ! Elle encadre différents publics et intervient également au sein des Ephad. A l'écoute, bienveillante et empathique, elle prend plaisir à partager son expertise et accompagne brillamment son public pour apporter santé et bien être.

DIPLÔMES

- BPJEPS Activités gymniques de la forme et de la force
- Formation au CREPS de Nancy
- Diplôme de Zumba et Zumba Kids
- Stages en L.I.A. et body Sculpt.



PUBLICS

- Enfants
- Adolescents
- Adultes
- Séniors

