



Martine MAYERAU

06.12.13.73.86

martine.mayerau64@gmail.com

Anglet

SAVOIR ÊTRE

Convaincre et faire adhérer.
Observer, analyser et élaborer un programme personnalisé.
Faire preuve d'adaptabilité, de créativité.

FORMATION

Brevets d'État :

- Métiers de la Forme
- Aptitude à l'Enseignement de la Culture Physique et du Culturisme
- Educateur sportif

Master :
Psychoclinique et Psychopathologie

CENTRES D'INTERÊT

Social :

Centre de Vacances pour Adolescents de quartiers difficiles.
Séjours spécialisés ADAPEI.

Environnement :

Chantiers Nature.
Inventaires scientifiques faunistiques et floristiques.

Monde Animal :

Soins de Réhabilitation en refuge équestre.

ÉDUCATRICE PHYSIQUE ET SANTÉ

Experte en techniques douces et innovantes dans la Remise en Forme, je souhaite intégrer un Pôle Santé pour y exercer ma pratique de l'accompagnement individuel.

COMPÉTENCES CLÉS

- **Mettre en place un projet après analyse du contexte et de la personne, assurer et établir un bilan en fin de suivi.**
- **Créer un programme personnalisé favorisant les prises de conscience.**
- **Instaurer un climat de confiance par la mise en place de techniques relationnelles éprouvées.**

EXPERIENCES

AUTOENTREPRISE

Depuis 2013

Intervenir auprès de particuliers pour leur proposer un accompagnement de Remise en Forme individualisé et unique.

Élaborer et encadrer les suivis individualisés

GENÈTS D'ANGLÈT/COTE BASQUE SPORT SANTÉ/ 1998-2020 ANGLÈT OLYMPIQUE ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES...

Accueillir et prendre en charge les bénéficiaires UTAPS et Pass'Port Santé au sein des cours collectifs.

Contacter les kinésithérapeutes, ostéopathes, tenir un discours technique et échanger sur le programme le plus adapté.

Élaborer et encadrer les suivis individualisés.

Proposer des activités innovantes (Disc Golf, Bungypump).

MUSCLUB/ AVIRON BAYONNAIS/LYCEE HÔTELIER...

Encadrer et pratiquer les cours de Remise en Forme.

Percevoir les besoins des personnes et concevoir les stratégies pour atteindre leurs objectifs.

Élaborer des programmes en micro-cycles et macro-cycles de progression.

Apporter les corrections posturales nécessaires au maintien de l'intégrité corporelle.

CAM/MONTPELLIER JUDO

1989-1997

Encadrer les cours de Fitness, Stretching, d'Aquagym et Musculation.

Innover en proposant des cours de Gym Circulatoire et Respiratoire.

Organiser des journées "Mise en Forme" dans les Thalassothérapies de La Grande Motte et du Cap d'Agde.

Programmer, participer aux randonnées équestres, pédestres et sorties V.T.T. et canoë.