

Guillaume ARAGOT

Préparateur Physique / Réathlétisation

23 ans - Permis B - Carte Professionnelle Educateur Sportif

Titulaire d'un Master 2 Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive, j'ai acquis des compétences dans le domaine de la préparation physique et la réathlétisation. Je planifie, développe une méthodologie efficace, effectue des tests rigoureux, les évalue, et les analyse ... afin de mettre en évidence les bénéfices apportés par l'entraînement ...



Formations

2017 - 2019

Université de Nantes (44)
Master 2 Entraînement et Optimisation de la Performance Sportive (EOPS)

Spécialité Renforcement Musculaire et Réathlétisation – Mention Assez Bien

2014 - 2017

Université de Nantes (44)
Licence en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (STAPS)

Spécialité Entraînement Sportif – Mention Assez Bien

2013 - 2014

Lycée Jean Perrin, Rezé (44)
Baccalauréat Scientifique Option Sciences et Vie de la Terre
Mention Assez Bien



Stages

2018 - 2019

Préparateur Physique au Centre de Formation du Nantes Basket Hermine (44)

Stage d'intervention de Master 2 EOPS (+250h). Gestion de la préparation physique et de la réathlétisation en U17 inter-région, U18 France, Nationale 3 Masculine

2017 - 2018

Préparateur Physique au Pôle France de Roller de Vitesse de Nantes

CREPS Pays de la Loire (44)
Stage d'intervention de Master 1 EOPS (+160h). Gestion du suivi du cahier d'entraînement avec le coordinateur du Pôle. Intervention en salle de musculation.

2016 - 2017

Educateur de Football U13 masculins et U18 Féminines
AEPR Rezé Football (44)

Stage d'intervention de Licence 3 STAPS (+150h). Conception et animation de séance d'entraînement (U13 masculins – U18 Féminine). Mise en place de séances vidéo avec les U18 F.

Janvier –
Mars 2016

Pôle Espoirs Atlantique de Football
Saint –Sébastien (44)

Stage d'observation de Licence 2 STAPS (50h) auprès du Pôle Espoirs Fédéral de Football. Observation de séances d'entraînements sous la direction de M. Franck MAUFFAY



Compétences

Réseaux Sociaux



Word, Excel, Power Point



Internet



Kinovéa



Rédaction de rapport



Construction de projets



Suivi d'échéanciers



Langues

Anglais



Espagnol



Contact

06 18 26 08 52

garagot@neuf.fr

10 Rue Georges Berthomé,
Rezé (44)



Guillaume Aragot

Guillaume ARAGOT

Préparateur Physique / Réathlétisation



Expériences professionnelles

17 Septembre
2019

Jury de Certification l'Epreuve EPMSP BP JEPS ASC – IRSS de Nantes
Nantes (44)

Août 2019

Animateur Multisports
Mairie de Saint Sébastien sur Loire (44)

Etés 2015 –
2018

Préparateur de commande
Leclerc DRIVE Atout – Sud Rezé (44)



Certificats

Formation du Certificat Fédéral de Football 3 (Non certifié)

Certificat Fédéral de Futsal Base – Module Découverte

Obtention du Certificat Informatique et Internet niveau 1 (C211) –
Université de Nantes (44)



Educateur de Football

2019 - 2020

AEPR Rezé
Responsable de la Catégorie U18 Féminines (Région)
Responsable de la Catégorie U6-U7
Entraînement U11-U13

2018 - 2019

AEPR Rezé
Catégorie U15 masculins (D2 District)

2017 - 2018

AEPR Rezé
Catégories U13 et U18 Féminines (Région)

2016 – 2017

AEPR Rezé
Catégories U6-U7, U13, 18 Féminines (District)



Qualités

Dynamique

Collectif

Conscientieux

Rigoureux

Capacité d'adaptation