

Brandon LAPLACE  
34 Impasse Etienne Marey  
Montceau-Les-Mines  
brandon.laplace71@outlook.fr  
Permis B (Véhiculé)

# Mon projet professionnel

## « Coach sportif »

9 ans d'expérience dans la restauration dont 4 ans au poste de responsable de salle, m'ont permis de développer des compétences dans l'accueil et le contact client. Passionné de nutrition et pratiquant de sport, mon objectif est de valoriser et monter en compétences dans ce domaine aux côtés de professionnels.

### Mobilité niveau national

## Compétences

- **Analyser** les besoins nutritionnels du sportif et établir un plan alimentaire personnalisé et adapté
- **Rédiger** un programme d'entraînement adapté à la morpho-anatomie et personnalisé aux besoins du client
- **Encadrer** le suivi du programme et l'évolution pour des résultats maximum
- **Analyser, encadrer, corriger** les mouvements de base en musculation
- **Identifier** les mouvements qui peuvent engendrer un risque pour la santé du client
- **Accueillir** le client à son arrivée, l'installer, lui présenter les prestations
- **Conseiller** le client dans ses choix
- **Enregistrer** les réservations et organiser le plan d'occupation de la salle
- **Organiser** et contrôler la coordination en salle
- **Former** du personnel à des procédures techniques
- **Organiser** un planning du personnel

## Expériences professionnelles

**2021** : Conférence et formation sur 3 jours sur la micro nutrition et les besoins du sportif – Lyon

**2021** : Meet up et jours de formation sur les mouvements de la force – Paris

**2017-2020** : Responsable de salle en restaurant – Restaurant Le Triskel- Blanzay

**2013-2017** : CDI Serveur en restaurant – Restaurant Le Triskel – Blanzay

**2011-2013** : Apprenti serveur en restaurant – Restaurant Le Triskel – Blanzay

## Formations

**2021-en cours** : Formation sur le DAQ 2,0 (Dispositif en Amont de la Qualification)

**2020-en cours** : Formation en sciences de la nutrition et de l'entraînement - Menno Henselmans- Enregistré au NBHWC (National Board Certified Health and Wellness Coach)

**2011-2013** : CAP hôtellerie restauration – CIFA Jean Lameloise

## Centres d'intérêt

- Abonnement en salle de sport depuis 3 ans (Musculation)
- Pratique le sport depuis 12 ans (Arts Martiaux, Foot, musculation)
- Marche sportive et pédestre
- Analyse et lecture d'études scientifiques en rapport à l'entraînement et à la nutrition
- Passionné de nutrition et de biomécanique

## Langues

Anglais: Intermédiaire