

« Passionnée, dynamique et volontaire. J'ai découvert une vocation dans le métier de préparatrice athlétique. Je souhaite m'y consacrer pleinement pour aider tout type de publics et de sportifs à atteindre leurs objectifs mais aussi transmettre mes connaissances aux jeunes entraîneurs. »

**2019-2022 : Olympique Lyonnais – Préparatrice athlétique en Réathlétisation / Coach adjointe préformation féminine**  
**EN COURS**

**Responsable réathlétisation des équipes U19F-U20F :**

- Suivi médical, planification, testings individualisés selon pathologies, conception de séances
- Séances supplémentaires individualisées
- Mise en place de protocoles de prévention individualisés
- Préparatrice athlétique gardiennes de buts U19F
- Missions de développement de la motricité sur l'EDF féminine

**Coach adjointe et préparatrice athlétique des U15F :**

- Planification, conception et animation des séances athlétiques
- Testings individualisés (pré/mi et fin de saison)
- Analyse et conception de rapport de données GPS Filedwiz/Openfield
- Animation et conception des contenus d'entraînements

**2018-2019 : En Avant de Guingamp – Préparatrice physique U16-U17 Nationaux**

- Stagiaire responsable de la préparation physique des 25 joueurs U16-U17
- Préparation, organisation, individualisation et animation des séances de P.A
- Contrôle C.E analyses et rapports GPS Polar
- 6 séances semaine + match du week-end

**2015-2018 : Chassieu Décines FC – Préparatrice physique / Educatrice**

**Préparatrice athlétique U18 féminines :**

- Organisation, planification et animation de la préparation physique lors des 2 à 3 entraînements hebdomadaires

**Educatrice U10F à U13F :**

- Responsable catégorie d'un groupe de 38 joueuses
- 2 séances hebdomadaires et match du week-end
- Préparation, planification et mise en place des séances

**Juillet 2016 – 2017 / 2018 - 2019 : Sports Elite Jeunes – Educatrice U13 à U17**

- Animation et gestion d'un groupe de 35 enfants
- Préparation et conception des séances d'entraînements en football (2 par jour) pendant 15 jours

**2021-2022 : Brevet Moniteur de Football – LauraFoot**  
Diplôme d'entraîneur Licence UEFA B. **EN COURS**

**2019-2020 : 3 PCS Mikaël BERTHOMMIER**

- Diplôme de Spécialisation en Réathlétisation. Major de promotion mention très bien

**2018-2019 : Université Claude Bernard à LYON**

- Master EOPS « mention préparation physique, mentale et Réathlétisation ». **Mention bien**

**2016-2017 : Université Claude Bernard à LYON**

- Licence STAPS mention « entraînement sportif ». **Mention assez bien**
- Certificat Fédéral de Football 3 (CFF3)

**2015-2016 : Université Claude Bernard à LYON**

- Formation au Certificat Fédéral de Football 2 (CFF2)
- Certificat Fédéral de Football 1 (CFF1)
- Permis B

**2013-2014 : Lycée Aiguerande à BELLEVILLE**

- Baccalauréat scientifique spécialité physique – chimie



**Charlotte PARIS**

*Préparatrice athlétique  
Réathlétisation*

**25 ans**

**ADRESSE : 3 rue Sérénité 69100  
VILLEURBANNE**

**TEL : 06 49 12 72 72**

**E-MAIL : charlotte.paris96@hotmail.fr**

REATHLETISATION  
(en salle et sur le terrain)

PLANIFICATION

CONNAISSANCE  
DES  
PATHOLOGIES

TESTING  
INDIVIDUALISE

OUTILS  
TECHNOLOGIQUES  
(optojump, gps...)

PACK OFFICE

DYNAMIQUE

ADAPTABLE

ORGANISEE

INVESTIE



**2020 – 2021 : Vainqueur du tournoi international U13F Villette d'Anthon**



**2019 – 2020 : Vice-championne de France U19 féminines – Championnat National**



**2018 – 2019 : 3<sup>ème</sup> Tournoi National U17 « Mahmoud TIARCI »**



**2017 – 2018 : 12<sup>ème</sup> Finale Nationale Festival U13F Pitch à Cap Breton**