



## EXPÉRIENCES

### Animatrice Sportive 2022 – 2025

|                       |   |   |
|-----------------------|---|---|
| Depuis Novembre 2024  | Public Adultes, Séniors<br><b>Pilates</b>   | ALCA - Auffargis                                    |
| Mars 2024 – Juin 2024 | Public Adultes, Séniors<br><b>Gym entretien, Pilates</b>                            | Coignières Foyer Club                               |
| Depuis septembre 2023 | Public Séniors Actifs, Grands Séniors<br><b>Gym entretien, Séniors et mouvement</b> | OBAM – Le Mesnil Saint Denis                        |
| Depuis septembre 2022 | Public Adultes, Séniors Actifs<br><b>Gym entretien</b>                              | AGSE Gymnastique - les Essarts le Roi               |
| Depuis janvier 2022   | Public Séniors Actifs<br><b>Gym entretien, Gym Douce</b>                            | <i>Sports et Loisirs Séniors Maurepas Elancourt</i> |

### Animatrice Sportive Stagiaire 2019 – 2020

|                               |  |  |
|-------------------------------|--|--|
| Mars 2020 - Juin 2020         | Publics Adultes, Séniors Actifs<br><i>Cours en visioconférence, Gym entretien, Gym Douce</i> | <i>MJC Les Clayes Sous-Bois</i>  |
| Novembre 2018 - Novembre 2019 | Publics Adultes, Séniors Actifs<br><i>Cours en présentiel Gym entretien, Gym Douce</i>       | <i>ASSOCIATION SPORTIVE du Mesnil Saint Denis, L'ELAN Sport pour Tous du Perray en Yvelines, GYMNASTIQUE VOLONTAIRE de Vélizy Villacoublay</i> |

### Professeur de Danse/Animatrice Danse

|                     |  |                              |
|---------------------|--|------------------------------|
| 1991 (remplacement) | Public enfants préados 6-12 ans, Danse Contemporaine | Conservatoire de Ballancourt |
|---------------------|--|------------------------------|

## FORMATION

2024 Formation Pilates Matwork I, Pilates adaptés, Leaderfit  
2023 Certification Séniors et Mouvement, Institut Blandine Calais Germain  
2020 CQP ALS AGEE Sports Pour Tous  
1991 Equivalence 3eme Cycle Arts Philosophie Esthétique Section Danse Université Paris VIII  
1984-1993 Formation en Danse Classique, Contemporaine et Jazz, Analyse du mouvement, Paris Tarragone  
1981 BAFA Spécialisation Montage ATC (Salariée occasionnelle sur 5 ans)

## E-mail

isabellemounier@yahoo.fr

## Adresse

8 Allée de la Bruyère 78610 Auffargis

## Téléphone

07 66 38 21 72

## Date de naissance

14-11-1963

## DISPONIBLE POUR DES REMPLACEMENTS

## COMPÉTENCES

### COURS COLLECTIFS

Publics Adultes, Séniors Actifs, Grands Séniors

#### - Gym Entretien

Activités diversifiées en musique.

#### - Gym Douce

Activités axées sur la mobilité

#### - Séniors et Mouvement

un entretien ludique de l'aisance du mouvement et de l'autonomie. Mémoire-Equilibre-Mobilité

#### - Méthode Joseph Pilates