

## Isabelle MOUNIER – ANIMATRICE DE LOISIRS SPORTIFS



### 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 REMPACEMENTS

### COMPÉTENCES

#### COURS COLLECTIFS

Publics Adultes, Séniors Actifs,  
Séniors, 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**

## EXPÉRIENCES

### Animatrice Sportive 2022 – 2025

Depuis Novembre 2024	Public Adultes, Séniors <b>Pilates</b>	ALCA - Auffargis
Mars 2024 – Juin 2024	Public Adultes, Séniors <b>Gym entretien, Pilates</b>	Coignières Foyer Club
Depuis septembre 2023	Public Séniors Actifs, Grands Séniors <b>Gym entretien, Séniors et mouvement</b>	OBAM – Le Mesnil Saint Denis
Depuis septembre 2022	Public Adultes, Séniors Actifs <b>Gym entretien</b>	AGSE Gymnastique - les Essarts le Roi
Depuis janvier 2022	Public Séniors Actifs <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 <i>Cours en visioconférence, Gym entretien, Gym Douce</i>	<i>MJC Les Clayes Sous- Bois</i>
Novembre 2018 - Novembre 2019	Publics Adultes, Séniors Actifs <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 et II, *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*)