



# FLORIAN MASSE

## PRÉPARATEUR PHYSIQUE ATHLÉTIQUE

### PROFIL

Athlète de niveau national, je suis également entraîneur d'athlétisme et préparateur physique. Je postule au poste de préparateur physique athlétique.

### PALMARES

Vice-Champion de France marche athlétique 2020  
Finaliste Championnat de France Marche Elite 2020  
Titres régionaux Marche Athlétique

### PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES

- Pédagogue
- Optimisation de la performance
- Travail d'équipe
- Sens de l'initiative
- Curiosité

### CONTACTEZ-MOI :

 flomasse@free.fr

 06 23 53 97 03

 50, rue du retour, 59840 Prêmesques

 Florian Masse

## EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

### Entraîneur Marche Athlétique

Lille Métropole Athlétisme | 2018-2020

- Elaboration et animation d'un plan d'entraînement d'un athlète de niveau national
- Amélioration des qualités physiques et techniques

### Réathlétisation course à pied

OSM Lomme Athlétisme | Janvier 2015 - Juin 2015

- Ré-adaptation physique et musculaire à l'effort
- Entretien des qualités physiques

### Entraîneur d'athlétisme -12ans

OSM Lomme Athlétisme | 2015-2019

- Elaboration et animation d'un plan d'entraînement
- Développement et amélioration des qualités physiques et techniques de l'école d'athlétisme

## FORMATIONS

### Université de Lille

Master STAPS EOPS 1ère Année | Septembre 2019 - Mai 2020

- Master en préparation du sportif : aspects physiques et mentaux
- Concevoir et animer un programme de préparation mentale
- Concevoir, piloter et expertiser des programmes d'entraînements
- Recueillir, traiter et interpréter des données et résultats de tests
- Encadrer et animer des séances de musculation et d'haltérophilie
- Collecter et analyser des données vidéos

### Université de Lille

Licence Entraînement Sportif | Septembre 2015 - Mai 2019

- Concevoir et animer un programme d'entraînement à partir de diagnostic
- Conduire les séances d'entraînements (préparation physique, technico-tactique)
- Collecter et analyser des données vidéos

### Ligue d'Athlétisme Nord-Pas-de-Calais

Entraîneur -12ans et Demi-Fond/Marche | Octobre 2012 & Décembre 2014

- Elaboration et animation d'un plan d'entraînement
- Concevoir et piloter des programmes d'entraînements

## COMPÉTENCES CLÉS

Français	● ● ● ● ● ● ●
Anglais	● ● ● ● ●
Espagnol	● ● ● ●
PowerPoint	● ● ● ● ● ●
Excel	● ● ● ● ● ●
iMovie	● ● ● ● ● ●

