

Croiset Matthieu

Préparateur physique



Phone
06 15 42 31 58

E-Mail
Matt.croiset77@gmail.com

LinkedIn

Adresse
8 rue de la planchette, Saint-Pathus, 77178



Etudiant en première année de Master EOPS (entraînement et optimisation de la performance sportive).

Compétences sport

Préparation physique

Réathlétisation

entraînement sportif

musculature ; fitness

programmation ; planification

cryothérapie ; isocinétisme

Base en préparation mentale

Autres

Analyse data

Outils technologiques

Base en nutrition

Pack Office, JASP

Anglais B1

ATHLETISME
10

MUSCULATION
10

BASKET
10

FITNESS
10

FOOT
30

TENNIS

Expériences professionnelles

INSEP

2022 | Projet scientifique

- Stage de M1 EOPS : Expérimentateur de projet scientifique.
Sujet : Cryothérapie-sommeil-performance.
- Conception, mise en place et analyse d'un protocole de recherche ; suivi des sujets sur exercices physiques ; méthodes de récupérations, charges d'entraînement ; suivi du sommeil.

C.A PARIS

2020-2021 | Préparateur physique

- Stage de L3 ES : Entraîneur adjoint + responsable préparation physique u18.
- Définition des exercices de préparation physique ; mise en place et suivi des séances d'entraînement ; programmation + planification

FC Saint-Cloud

2020 | Préparateur physique

- Stage de L2 ES : Assistant entraîneur + préparation physique
- Mise en place et suivi des séances d'entraînement et de préparation physique

Formation ★

2018- 2021

Université de Paris

Licence ES : entraînement sportif

2021- 2023

Université de Picardie Jules Vernes

Master EOPS : entraînement et optimisation de la performance sportive



12 ANS



9 PAYS



1 ANS