

# SUZANNE Robin

Préparateur physique,  
Entraîneur sports  
d'endurance

robin.suzanne@live.fr

0618375714

240 rue des Vignes

15/05/1987

Française

## Langues

Anglais (B2)

## COMPÉTENCES

Physiologie de l'exercice,  
Entraînement

Analyse de performance

Scouting, découverte de  
talents

Travailler en équipe & de  
manière indépendante

Communication écrite &  
verbale

Etablir des objectifs

Identifier des opportunités et  
des besoins

Établir des relations et  
utiliser les réseaux

Répondre à une consigne

Organisation

## Profil

Entraîneur sports d'endurance - Préparateur physique - Réathlétiseur - Préparateur mental. Planification de d'entraînement - Contrôle et suivi de la charge d'entraînement (calibrage des efforts, quantification des charges) - Individualisation des charges d'entraînement

## EXPÉRIENCE

2010 –  
à aujourd'hui

### Préparateur physique, Entraîneur

#### Auto-entreprise

Suivis individuels de sportifs professionnels - Football - Tennis - Trail running - Basket-ball - Course hors stade - Formule 4000.

Préparation physique, mentale, réathlétisation, entraînement ou travail via la vidéo.

2022 – à  
aujourd'hui

### Entraîneur et Team Manager Trail running

#### Team Trail Mizuno, France

Entraînement, planification des athlètes. Organisation équipe, Communication organisateurs courses internationales, recrutement coureurs, communication

2017 – 2022

### Préparateur physique

#### Annecy Tennis Club, Annecy

Développement préparation physique, de la réathlétisation et du suivi des jeunes talents du club (8 à 19 ans), « jeunes pro », membres équipe de France catégories (top 5 français), ainsi que de joueurs professionnels français classés parmi les 600 au classement ATP et 200 en double.

2016 – 2017

#### Football Club Annecy, Annecy

Elaboration, Développement et Responsable de la préparation physique et de la réathlétisation de la formation et préformation U11 à U15 & éducateur équipes féminines jeunes U6 à U16

Mise en place du pôle préparation physique, réathlétisation inexistant avant mon arrivée.

2015 – 2016

### Préparateur physique, responsable performance & réathlétisation, Analyste vidéo

#### Evreux Football Club 27, Evreux

Elaboration, Développement et Responsable de la préparation physique et réathlétisation des équipes au niveau national - Adaptation des protocoles de prévention des blessures selon les antécédents.

Coordination des stagiaires en préparation physique et sur la mise en place de celle-ci auprès des responsables des catégories.

# EXPÉRIENCE

2014 – 2015

## **Préparateur physique, responsable performance & réathlétisation, Entraîneur adjoint**

Rodez Aveyron football, Rodez

Responsable préparation physique et réathlétisation de l'équipe élite (D1), section féminine U17 et 19 national & entraîneur adjoint D1 féminine –

Collaboration avec le préparateur physique de l'équipe première masculine N2.

Coordination des stagiaires en préparation physique et réathlétisation, ainsi que sur la mise en place de celle-ci auprès des responsables des catégories évoluant au niveau national.

Travail d'analyse vidéo de l'équipe de Division 1 féminine et adversaires.

2013 – 2014

## **Préparateur physique**

Football club féminin Val d'Orge (FC Feury 91), Fleury-Mérogis

Mise en place, développement et responsable préparation physique et réathlétisation de l'équipe Elite et U19 - planification et mise en place charges de travail - individualisation entraînement – réathlétisation en couplant travail mental et travail sur le terrain ou en salle.

Maître de stage pour étudiants en Master en préparation physique et réathlétisation & licence STAPS entraînement.

2012 – 2013

## **Analyste de performance, Analyste vidéo**

Paris Football Club, Paris

Analyse de performance, filmer les rencontres en compétitions, les entraînements (joueurs + gardiens de but). Analyses des rencontres et des adversaires.

Mise en place montages vidéos, causeries d'avant match sur forces et faiblesses des équipes du club mais également des futurs adversaires. Scouting de joueurs.

Equipes : Nationale 1 - Nationale 3 - U19 National.

# FORMATION

2014 - 2015	Master 1 & 2 Préparation Physique et Préparation Mentale et Réathlétisation  Université Lyon I , Lyon
2011 - 2012	Diplôme en réathlétisation et prise en charge du sportif blessé  Perf in sport , Liévin
2013 - 2014	Formation utilisation des nouvelles technologies (GPS, tracking, Fit tests)  Perf in sport , Liévin
2008 - 2009	Diplôme universitaire de préparateur physique  Centre d'Expertise de la Performance , Dijon
2005 - 2008	Licences Staps entraînement sportifUFR STAPS ,  Rouen
2005 - 2008	Licences Staps management du sportUFR STAPS ,  Rouen
2015	BPJEPS Activité Gymnique de la Forme et de la Force – mention haltères et musculation, Paris
2005 - 2008	PSC1 & attestation de sauvetage aquatiqueUFR  STAPS , Rouen
2012	Diplôme d'expertise en analyse vidéoPerf in  sport , Liévin
2011 - 2012	Diplôme Européen de préparation mentalePerf  in sport & Mentally Fit , Bruxelles
2009 - 2010	Etude de langue - Anglais  Saint Giles International School of London, Londres

