



Orianne Pernot  
Professeur Accro Souplesse  
Coach Sportif Privé

## Expériences professionnels

---

### Coach Sportif Privé:

depuis 2012

13 puis 06.

Découverte du client, enregistrement, définition des objectifs et des moyens.

Préparation et animation de cours collectifs ou individuels : step, stretching, abdos-fessiers, body-pump...

Depuis février 2015 : création et animation des « Footing-Poussette » sur Menton-RCM.

### Entraîneur en Gymnastique Artistique Féminine et Fitness.

2001-2011

*Associations sportives du 06, 03, 34 et 87 :*

Préparation et animation de cours collectifs (moyenne : 15 personnes), niveaux : de baby-gym à adultes, loisirs (1 à 2 entraînements par semaine) et compétition (2 à 4 entraînements par semaine).

### Organisation d'évènements sportifs et culturels. :

2007

*Association ARPAD, Limoges.*

- Collecte d'informations et éléments de présentation.
- Réalisation de la plaquette publicitaire.
- Organisation et sécurisation de la journée d'inauguration.
- Communication auprès des associations et des collectivités territoriales.
- Enregistrement des participants.

### Artiste de Rue.

2004-2005

*Acrobate dans l'association « Et ça vous fait rire ?! », Montpellier.*

Participation à l'Olympiade culturelle d'Athènes, spectacle « The Birds ».

Divers spectacles de rue en France sur thématiques variées : Noël, Halloween, Fête du printemps...

### Sportive de haut-niveau en gymnastique artistique féminine.

1991-2004

*Femina Sport Monaco :*

Division Nationale 1 et 2 par équipe, 15<sup>ème</sup> en individuel Nationale A catégorie espoir et junior.

Championne de France UNSS 1998.

Participation aux jeux des petits états de Reykjavik de 1997.

## Formations

---

**2006 : DU « Droit du Sport et des établissements sportifs »**, Faculté de Droit de Montpellier.

**2005 : Licence « Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives »**, Spécialité Management du sport, Mention AB, UFR STAPS Montpellier.

**2002 : Baccalauréat série ES**, Mention Bien, académie de Nice (lycée Albert 1<sup>er</sup> à Monaco).

## Autres

---

**Loisirs :** Footing, Tir, Self-défense, Natation, Tango argentin, bénévolat lors d'évènements sportifs (Tristar, Iron Man, automobile clubs de Menton...).