



**ACORPS
TRAINING**



Florian Monéger

Personal trainer



06 34 12 33 26



Florian.acorpstraining@gmail.com

DIPLÔMES & QUALIFICATIONS

- 2017** - BF1 Freestyle sur glace
- 2021** - BPJEPS Activité de la Forme Options Musculation Haltérophilie
- 2022** - Formation Alex Janho (Olympfit) : Etude et Perfectionnement biomécanique des 3 mouvements de la force athlétique

EXPÉRIENCE

- Président et entraîneur du club Crazy ice freestyle depuis 2012
- Préparateur physique au SR3V (club de foot)

SPÉCIALITÉS

- Préparation physique spécifique
- Recomposition corporelle (prise de masse ou perte de poids)
- Remise en forme