

GÉRARD Norbert

✉ 11, rue Poquelin Molière 33000 Bordeaux

@norbert.gerard@gmail.com

☎ 0603802848



ACTIVITE D'ACCOMPAGNEMENT DE LA PERFORMANCE ET DU SPORT DE HAUT NIVEAU

- Accompagnement en Coaching et en Sophrologie de Cadres Supérieurs du Secteur Public
- Accompagnement en Coaching de Managers du Secteur Privé
- Accompagnement en Sophrologie de Sportifs en élite régionale
- Formateur pour DEJEPS et DESJEPS au CREPS de Chatenay-Malabry et de BEES2 Karaté
- Formateur à l'institut de Sophrologie Existentielle de Bordeaux Aquitaine

PARCOURS PROFESSIONNEL

- Praticien en Coaching, depuis 2014
- Formateur à l'institut de Sophrologie Existentielle de Bordeaux Aquitaine, depuis 2016
- Praticien en Sophrologie et en Sophrothérapie depuis 2010
- Praticien en Shiatsu et en Médecine Traditionnelle Chinoise, depuis 2008
- Formateur en Management de Production Audiovisuelle depuis 2006
- Manager d'Équipe puis de Projet en Production Cinématographique puis Films Publicitaires depuis 1984
- Sportif de Haut Niveau en Karaté de 1978 à 1987

FORMATION ET COMPETENCES PARTICULIERES

- Master 2 en Sciences Humaines, Mention Entraînement et Optimisation de la Performance de Haut Niveau 2013-2015
- DESU de Pratique du Coaching, 2013-2014
- Formation de Formateur-Consultant 2012
- Formation en Sophrologie et Sophrothérapie, 2006-2012
- Formation en Shiatsu et en Médecine Traditionnelle Chinoise 2006-2012
- Expérience personnelle d'accompagnement psychologique et en préparation mentale à la compétition Haut Niveau

AUTRES

- Accompagnement de la Performance Sportive Individuel et Collective par l'Optimisation des Ressources Mentales
- Aide à mobiliser ses ressources Mentales pour ...
 - l'Amélioration et à l'Optimisation de sa Récupération
 - l'Amélioration de la Prévention des Blessures
 - l'entretien des ressources en période de rééducation fonctionnelle et/ou de réathlétisation par la Visualisation et la Relaxation Dynamique.