

## Préparateur Mental, Coach, Responsable de Formation



**Stéphane LIMOUZIN**

9 rue Victor LAMBERT 51430  
BEZANNES

0660110772

drslim67@live.fr

52 ans – 2 enfants

Permis B - A- C

### Domaines de compétences :

- Préparation mentale d'athlètes de haut niveau
- Coach certifié, WingWave, Spotlight et E.F.T. (Emotional Freedom Technique)
- Préférences motrices & Signatures corporelles (Formateur CE 2 Formations)
- Responsabilité de formation, Formateur (DUPM, DESJEPS....)
- Création d'un cabinet de préparation mentale
- Accompagnement d'athlètes sur des compétitions nationales et internationales
- Accompagnement entreprises, étudiants, personnes en longue maladie, Trauma
- Entraîneur de Tennis Haut Niveau, Entraîneur Physique Haut Niveau
- Enseignement du Tennis auprès de personnes handicapées et trisomiques
- Direction sportive, (Formation de joueurs (es) et d'entraîneurs)
- Evaluations Masters 1&2, D.U, D.Etat et DESupJEPS....
- Création d'un centre d'entraînement
- Organisation d'évènements sportifs

### Expériences :

- 2013 - ..... Référent de la préparation mentale et responsable de formation DESJEPS Tennis au Creps de Reims. Référent Préparation Mentale équipe de France H&F « Escrime » à L'INSEP. Préparation mentale d'athlètes de haut niveau et en entreprises. Formateur chez CE 2 Formations (préférences motrices et mentales). Membre du comité de pilotage en préparation mentale de l'Insep. Cabinet de Préparation mentale & Préférences motrices/signatures corporelles. Coach WingWave et EFT Accompagnement de personnes en longue maladie.
- 2008-2013 Préparateur mental et physique de l'équipe féminine de Charleville Mézières (Ligue 1)  
Formateur et tuteur au sein du DE et DESJEPS Tennis au Creps de Reims  
Création d'un cabinet de Coaching et d'un site internet « [www.preparationmentale.stephanelimouzin](http://www.preparationmentale.stephanelimouzin) »  
Direction sportive « La Macérienne Tennis » à Charleville
- 2004 – 2008 Entraîneur de l'Equipe 1 Femme de Bagneux (900 adhérents) Nationale 1, Entraîneur N° 38 Français (400 ème à l'ATP). Création d'un Centre d'entraînement « Espoir ». Entraîneur de l'équipe de 1<sup>ère</sup> Homme de Bagneux, Nationale 1. Responsable de l'Ecole de Tennis .
- 1990 – 2004 Entraîneur/ formateur, suivi de compétitions, coordinateur de la Préparation Physique (92) Ligue des Hauts de Seine – C.S.M Clamart (1500 adhérents, (92)).
- 1989-1990 Service Militaire, Sous-Officier d'encadrement, Responsable des Sports

### Formations :

- 2019 : WingWave – Spotlight- EFT - Certifié AUEC Préférences motrices et mentales
- 2017- 2018 Analyse transactionnelle, Préférences Motrices Niv 1,2,3 et 4
- 2013 – 2015 Formation en management, gestion de conflits, PNL, Hypnose
- 2011 – 2012 Licence Staps ES, UFR Staps de Reims, DU de Préparation de mentale et psychologie du sportif au CROPS à Lille 2
- 2000 – 2004 Psychologie du sportif, FFT / Ligue des Hauts de Seine, Préparation Physique, Insep
- 1993 - 1994 BE 2 Tennis
- 1988 – 1989 BE1 Tennis
- 1987 -1988 Formation des métiers de l'encadrement de la jeunesse et des sports

### Centres d'intérêts :

#### Musique :

Guitare – Percussions. (4 albums + concerts)

#### Cinéma, lecture

Sport pratiqués : Tennis, Moto

Gymnastique, Football, Ski,