

certifié 2011

**Personal Trainer
Qualifié**



Yannick BOIDIN

Tél.: 06 84 00 18 84

E-mail : yannick@spheregym.fr

MON SLOGAN :

" **Mens sana in corpore sano** "

LANGUE(S) PARLEE(S) :

Anglais



MES ENGAGEMENTS :

- Vous accompagner dans la réalisation de vos objectifs sportifs ou de remise en forme
- Vous apprendre à vous dépasser physiquement et mentalement
- Vous aider à vous réaliser dans votre vie physique, briser vos chaînes
- Vous faire plaisir à travers le sport

MES SPÉCIALITÉS :

- Arts martiaux, Karaté , Boxe française
- Natation et activités aquatiques
- Plongée sous marine
- TRX

MES QUALIFICATIONS :

- License STAPS
- BEESAN (Brevet d'état de maître nageur)
- Ceinture noire 2eme DAN de karaté , champion de France Universitaire
- Monitorat Fédéral de Plongée

SPECIALITES :



LESMILLS COACH™
personal training

changez votre **corps**, changez votre **vie**

lesmillscoach.com