



Objet : recherche stagiaire en préparation physique

Qui sommes-nous ?

Le COSF volley est un club de volley féminin évoluant au niveau national 2 (troisième division du championnat de France). Basé à Saint-Fons depuis 1960.

Nos valeurs : Respect, esprit d'équipe, convivialité et combativité.

Aujourd'hui, nous recherchons un.e stagiaire motivé.e, innovant.e et impliqué.e, pour intégrer l'équipe sénior féminine en tant que préparateur physique.

Tes futures missions

- *Préparation physique*

Mise en place et animation d'entraînement physique une fois par semaine au gymnase de St Fons (créneau 19h30-21h)

Création de séances (physique, musculation, cardio) personnalisées en fonction des joueuses, de leurs postes, de leurs spécialités que les filles devront effectuer de leur côté

- *Echauffement*

Si possible, présence aux matchs à domicile de l'équipe pour échauffement d'avant match

Compétences requises

- Bonne capacité d'adaptation
- Sait communiquer au sein d'une équipe
- Connaissances des outils de la programmation de l'entraînement

La connaissance du volleyball n'est pas obligatoire.

Envoie vite ton CV et lettre de motivation aux adresses suivantes :

assiaouadah@yahoo.fr

aghibaudo38@gmail.com