

Alban CHOUQUET
21 impasse des graves du Pech
81500 LAVAUUR
Tél : 06-47-50-49-38
Email : alchouquet@hotmail.com

à Lavour le 14 Avril 2014

A l'attention des Présidents de club

Objet: candidature spontanée pour un poste d'entraîneur

Monsieur le Président,

Je dispose d'une expérience significative dans le domaine de la natation et je désire aujourd'hui étendre mes compétences en m'inscrivant à long terme dans une structure motivée, ayant un projet sportif ambitieux et résolument axé vers la formation du nageur. Je vous soumetts ma candidature à un poste d'entraîneur pour Septembre 2014.

Après 13 années passées dans le monde du sport et plus particulièrement au sein de clubs de natation, j'ai pu apprendre à manager des équipes d'éducateurs et développer ma capacité à organiser des projets. Mon expérience et mes compétences ont façonnés ma conception de l'entraînement. Mon savoir-faire m'a permis de conduire des jeunes nageurs et sauveteurs au niveau national (Championnats de France N2 et Championnat de France par catégorie d'âge, Championnat de France « eau plate » et « côtier »).

Depuis mon arrivée en 2008 au club de Lavour, en qualité d'entraîneur principal, j'ai conçu et mis en place plusieurs types de projets (pédagogiques, sportifs, associatif, animation). Ces programmes étaient tournés vers la transformation du fonctionnement de l'association. Le moteur de mon action était d'une part l'amélioration globale des performances quelque soit le niveau de pratique et d'autre part proposer un éventail plus large d'activités aux adhérents. Cet engagement m'a poussé à développer une forte autonomie, de bonnes qualités relationnelles (sens du contact, force de conviction).

Le contexte de travail, parfois « délicat » avec des bénévoles, dans des situations techniques variées a été une vraie opportunité pour stimuler mon adaptabilité.

Je suis conscient de la perpétuelle évolution des directives des milieux associatifs et fédéraux.

J'attache également une grande importance à la formation. Elle est pour moi une valeur forte de partage des cultures fédérales et de valeurs associatives entre les bénévoles-stagiaires et les professionnels. C'est un enjeu essentiel dans le développement des différentes activités.

Rassembler autour de valeurs communes et galvaniser pour obtenir le meilleur de chacun sont des notions de coaching que j'aimerais vous apporter au travers de ma candidature.

Dans cette attente de vous rencontrer, je vous prie d'agréer, Monsieur le Président, l'expression de mes salutations les plus respectueuses.

Alban Chouquet.

Alban CHOUQUET

21 impasse des Graves du Pech
81500 LAVAUUR
FRANCE
alchouquet@hotmail.com
06-47-50-49-38



Nationalité Française
32 ans
Marié (1 enfant)
Permis B
Permis côtier (Mars 2002)

EXPERIENCE ET COMPETENCES DEVELOPPEES**Depuis Septembre 2008**

Entraîneur principal - **Lavaur Natation 81**

Création et mise en place du projet pédagogique et du projet sportif. Elaboration du plan de carrière des nageurs au sein de Lavaur Natation 81. Mise en place du dispositif ENF et mise en conformité pour l'obtention du label « club développement ». Communication et relation avec le service des sports. Recherche de sponsors, mécènes et partenaires financiers. Organisation des plans de bassins et planification des différents créneaux horaires. Organisation de stages de leurs recherches à leurs concrétisations. Entraînement et préparation physique des groupes Minimes, Cadets et Juniors-Seniors (niveau régional à National). Enseignement de la natation de l'école de natation jusqu'aux différents groupes adultes du club. Animation Aquaform (2 à 4 séances par semaine). Entraînement de la section Sauvetage Sportif (plusieurs titres de champions de France individuels, podiums aux championnats d'Europe Junior 2013). Tuteur pour les brevets Fédéraux Assistant club jusqu'au BF3 et pour les stagiaires BPJEPS.

Depuis Septembre 2008

Formateur ENF départemental – **Comité départemental de natation du Tarn**

Elaboration du planning de formation de la saison et dispenses des sessions de formation ENF1 et ENF2.

De Septembre 2005 à Juillet 2008

Entraîneur principal – **Club de natation de Plaisir (78)**

Entraînement des groupes Minimes, Cadets et Juniors-Séniors (Niveau régional à National). Coordination et management d'une équipe de 7 BEESAN.

De Septembre 2007 à Juin 2008

Intervenant Ecole de Natation – **Le Chesnay Natation (78)**

Mise en place du projet pédagogique.

De Septembre 2007 à Juin 2008

Entraîneur du groupe pré-compétition - **Club de Natation de Villepreux (78)**

De Septembre 2007 à Juin 2008

Coach à domicile – **Personal Trainer (75)**

Coaching personnalisé chez des particuliers et dans des associations sportives d'entreprises.

De Septembre 2004 à Juin 2008

Remplacement BEESAN – **Piscine inter-communale des Clayes sous Bois (78)**

Saisons estivales 2007 et 2008

Animateur sportif et BEESAN – **Camping des Flots Bleus à Vias Plage (34)**

Surveillance, cours d'aquagym, cours de natation. Organisation, gestion et mise en place d'activités sportives aquatiques et terrestres pour la clientèle de l'établissement.

De Mars 2006 à Juin 2007

Educateur sportif – **Mairie de Plaisir (78)**

Organisation, gestion, mise en place et animation de projets de manifestations sportives scolaires et périscolaires. Enseignement d'Activités Physiques et Sportives auprès des scolaires sur des cycles de 10 séances.

De Août 2006 à Juin 2007

Préparateur Physique – **Plaisir Hand-ball Club (78)**

Préparation physique d'une équipe en pré-national, élaboration de la planification annuelle, des séances test physiques spécifiques, mise en place des stratégies d'optimisation des qualités aérobies, de la vitesse, du développement de l'explosivité musculaire, de la musculation du haut du corps et de l'amélioration de la vitesse de tir.

De Mars 2005 à Mars 2006

Assistant d'éducation – **Lycée Jean Monnet, La queue les Yvelines (78)**

Encadrement et surveillance des élèves. Participation à la vie scolaire.

De Décembre 2001 à Décembre 2004

Vendeur du rayon Cycle – **Décathlon Plaisir (78)**

Bonnes connaissances des stratégies de ventes et de marketing. Gestion des stocks d'un rayon. Agencement des différentes surfaces de vente. Bonne connaissance en mécanique vélo.

Saisons estivales 2000 à 2005

Pompier volontaire saisonnier – **Service Départemental Incendie et Secours des côtes d'Armor**

Organisation et gestion de la surveillance d'une plage sur la terre et sur l'eau. Gestion d'une équipe de sauveteurs en mer. Aisance dans les méthodes d'interventions d'urgence. Bonne connaissance du milieu maritime.

FORMATION

Février 2014

Procédure d'équivalence pour l'obtention du **DEJEPS** par équivalence

Mars 2013

Procédure d'équivalence pour l'obtention du **BF4** (en cours)- ERFAN Midi Pyrénées

2008-2009

Evaluateur **ENF1- ENF2- ENF3**

2005

Master STAPS 1ère année mention Education et Motricité

Décembre 2004

BEESAN (Brevet d'Etat d'Educateur Sportif des Activités de la Natation)

Juin 2004

Licence STAPS mention Entraînement sportif et performance motrice
Université Paris Sud (Orsay)

Juin 2003

DEUG STAPS
Université Versailles - St Quentin en Yvelines

Juin 2001

Baccalauréat Scientifique
Lycée Jean Vilar - Plaisir

Mai 2001

BNSSA (Brevet National Sécurité et sauvetage Aquatique)

Mai 2001

CFAPSE (Certificat de Formation aux Activités de Premier Secours en Equipe)

Avril 2001

AFCP SAM (Attestation de Formation Complémentaire aux Premiers Secours Avec Matériel)

Avril 2000

AFPS (Attestation de Formation Aux Premiers Secours)

LANGUES

Anglais: bonne compréhension écrite et orale

CENTRES D'INTÉRÊT

Bonnes connaissances des outils informatiques: Internet, Word, Excel, Power Point, Suite iWork (Pages, Numbers et Keynote), iPhoto, iMovie, ExtraNat.

Voyages : Indonésie, Maroc, Tunisie, Etats-Unis, Angleterre, Espagne, Italie, Grèce

Passion pour les sports de glisse

Cuisine