



Parcours sportif

8e année de pratique du Krav Maga

28 ans de pratique du rugby

Pratiquant de Jiu-Jitsu Brésilien (JJB)

Expérience en salle de sport dans l'encadrement du renforcement musculaire et du cardio-training



Qualifications

CQP animateur de loisirs sportifs

Ceinture Noire 1er Dan de Krav Maga

Diplôme d'Instructeur Fédéral (DIF)



Domaines de maîtrise

Krav Maga et self-défense

Préparation et condition physique

Renforcement musculaire

Cardio-training

Rugby

Jiu-Jitsu Brésilien