

A man in athletic wear is captured in a dynamic running pose on a stone path. He is wearing a grey hooded long-sleeve shirt, green shorts, grey leggings, and colorful sneakers. The background features a large, ornate stone building with a prominent tower and a decorative stone pillar on the right. The overall scene is dimly lit, suggesting an early morning or late evening setting.

Samuel Troit

PERSONAL TRAINER



QUI SUIS JE ?



Je suis **Damien Noël**, **coach sportif** et fondateur d'une société de coaching privé.

En parallèle d'une carrière de sportif de haut niveau en BMX, je décide de devenir coach sportif.

La découverte du développement personnel à cette époque me permet d'avancer sereinement et rapidement

Aujourd'hui je porte la casquette de manager de structure, préparateur physique et personal trainer.

Je suis également un des 4 ambassadeurs de NIKE avec le statut de master Trainer.

OBJECTIFS



Apporter cohésion et bien être...

Le sport est un vecteur de bien être et de cohésion utile au développement d'une entreprise prospère.

...au coeur de l'entreprise...

Si les salariés ne vont pas au sport, le sport viendra à eux. Dans une salle dédiée, dans une salle de réunion, en extérieur, tous les lieux sont exploitables.

... sans en perturber le fonctionnement

Conscient que le temps manque en entreprise, mes programmes sont conçus pour être réalisés en 45 - 60 minutes maximum.

LES ATELIERS



Circuit training

Pratique visant à alterner des mouvements de renforcement musculaire à une intensité cardiovasculaire moyenne pour un développement global et ludique.

Mobility

Suite d'exercices précis et ciblés, permettant d'augmenter l'équilibre, la souplesse et de diminuer les douleurs chroniques et les risques de blessures.

HIIT

Le High-Intensity Interval Training est un mode d'entraînement qui vise à renforcer rapidement la condition physique par de brèves séquences d'exercices variés à haute intensité.

* Autres disciplines sur demande

POURQUOI LE SPORT EN ENTREPRISE ?



84%

des personnes interrogées
souhaiteraient que leur entreprise
prenne en charge l'organisation
d'activités physiques et sportives !
(source : Etude Decathlon Pro)

12%

Un employé physiquement actif est
12% plus productif qu'un employé
sédentaire
(source : Santé Canada 2006)

32%

Les programmes d'activité physique
en milieu de travail peuvent réduire
de **32%** les congés de maladie.
(source : OMS, Southern Australian
Workplace Physical Activity Resource
Kit)

Aussi bien outil de bien être pour les salariés, le sport permet aussi de développer une cohésion utile pour le management d'une entreprise. Cohésion, entraide, capacité à gérer les difficultés : autant de valeurs dont une entreprise a besoin et que le sport peut apporter.

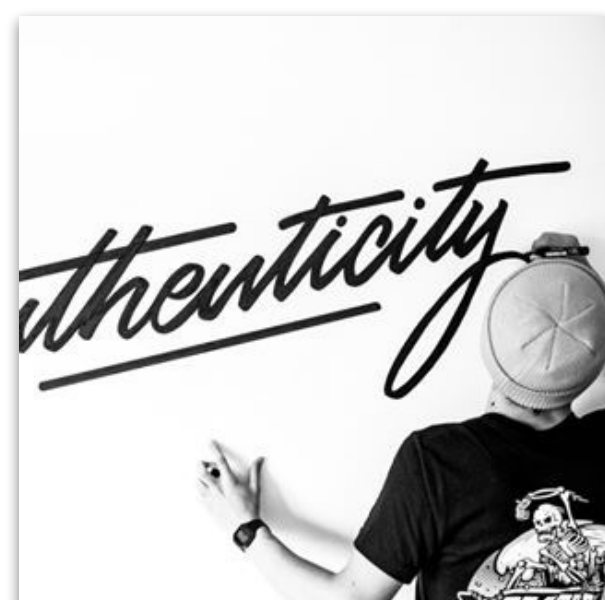
PARTENAIRES



ALL FIT
COMPANY

All Fit Company est une agence de marketing sportif qui m'accompagne dans le développement de ma communication ainsi que la mise en avant de mes services et prestations de coaching.

Site internet : www.allfitcompany.com

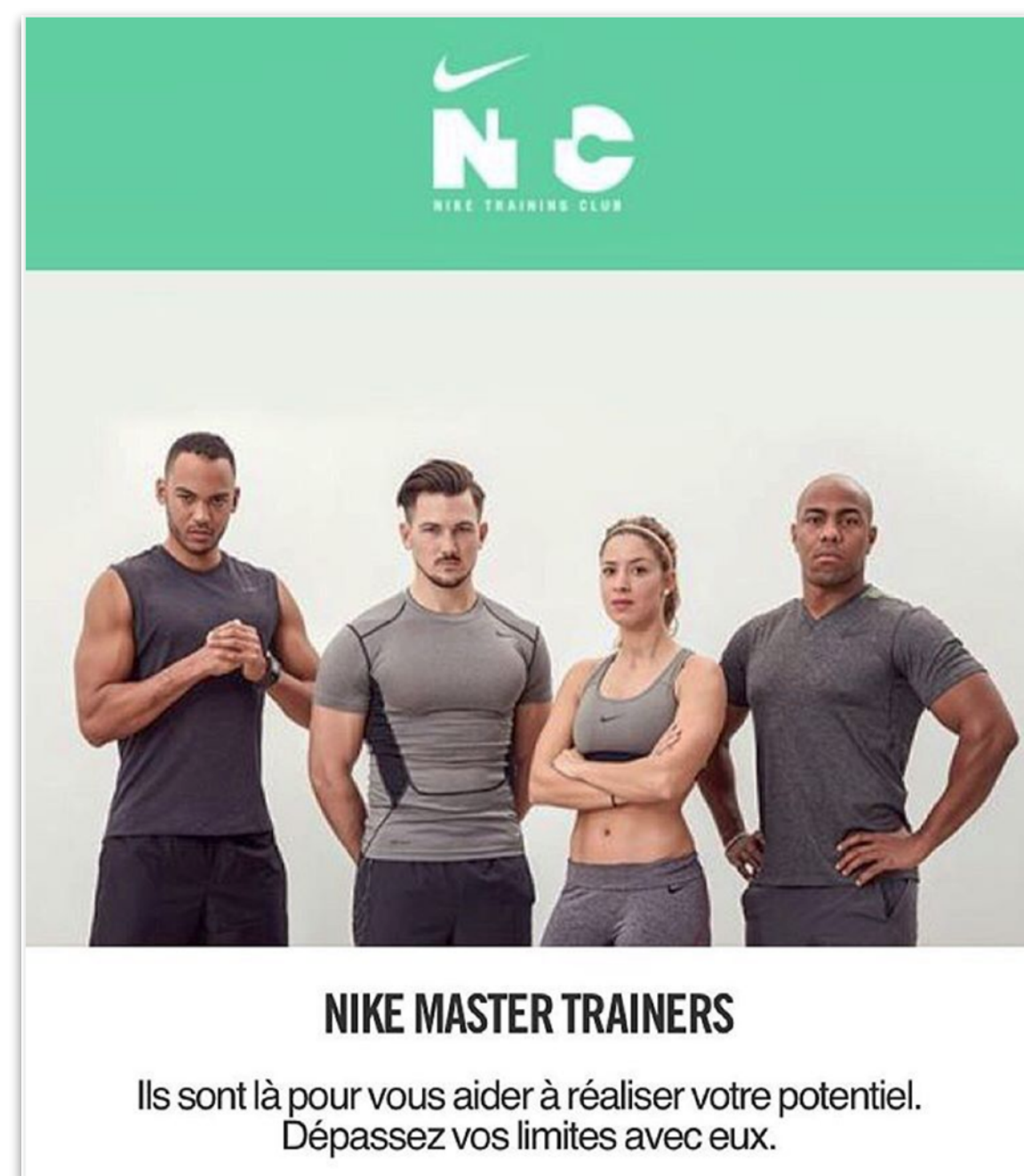


Nathan ALMERAS est un typographe et graphiste qui intervient dans la création de mon identité visuelle.

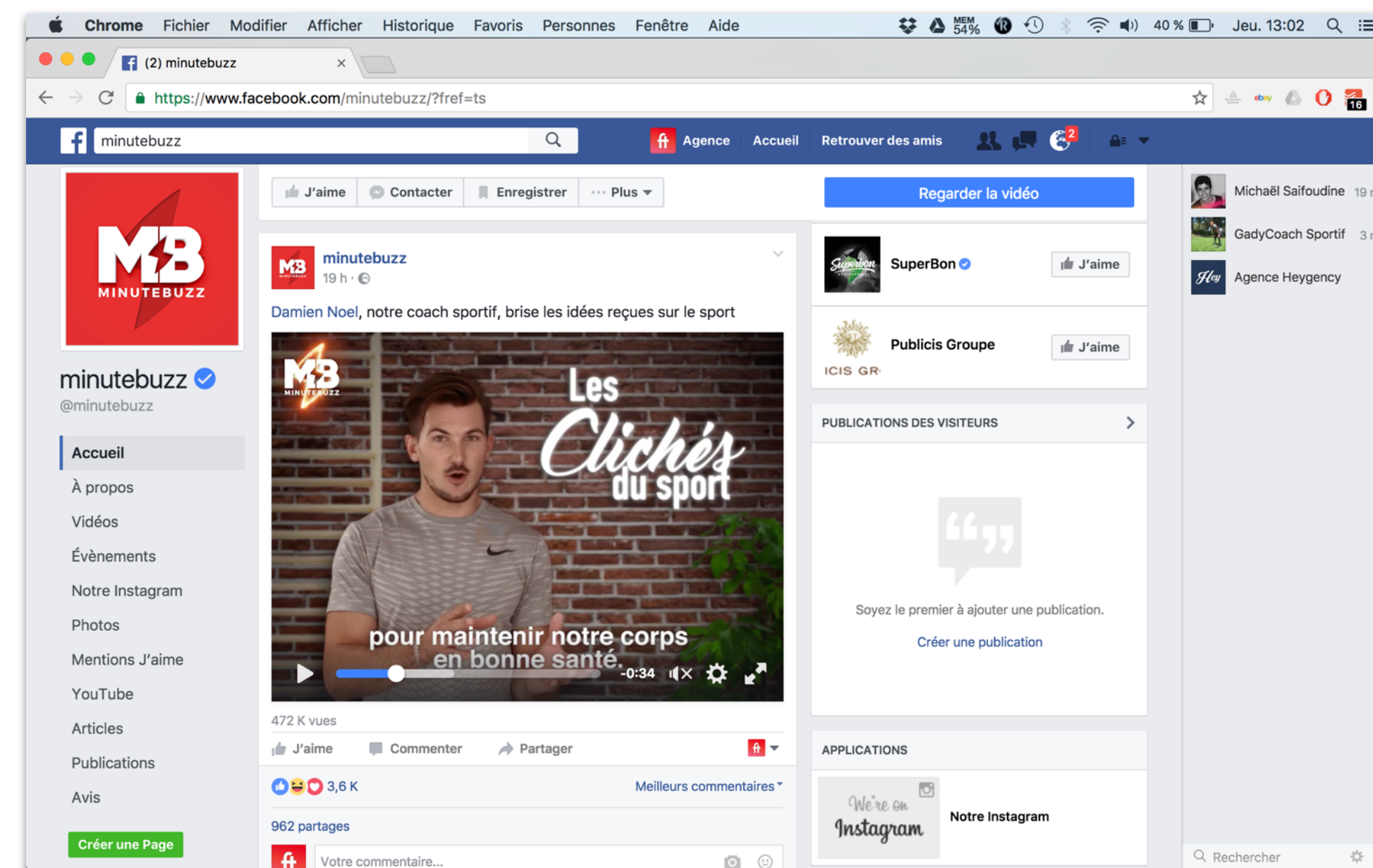


Tristan KOHUT Visual est un photographe qui m'accompagne dans les différentes prises de vue que je réalise pour l'ensemble de mes projets.

PARTENAIRES




Ambassadeur France de la marque sur le **training** et le **fitness**. Intervenant sur les **événements** et auprès des **influenceurs** de la marque.



Créateur et **acteur** de la série « Les Clichés du sport » pour **Minute Buzz**.

RÉFÉRENCES





DN

PERSONAL TRAINER

DAMIEN NOËL

+33 6 71 03 70 17

coaching@damen-noel.com



@damien_noel

www.damen-noel.com