

Les professeurs

SOPHIE HUIN



Je suis coach sportive depuis plus de 13 ans, j'habite à Plaisir et j'interviens dans différentes associations et entreprises dans les Yvelines, auprès de groupes adultes et seniors.

J'enseigne et j'anime des séances de **Cross Training, de Fitness, de Pilates et Rose Pilates, de Gym Oxygène en extérieur et d'Actigym seniors**, activité que je propose à Chavenay le vendredi matin à 9h30. C'est une séance au cours de laquelle je propose du renforcement musculaire, des étirements, des exercices d'équilibre, de mémoire, de coordination, avec beaucoup de matériel mis à notre disposition.

J'ai aussi récemment développé mon activité professionnelle par la pratique de massages détente et bien-être.

Cette variété d'activités, et la rencontre de ces publics tout aussi variés, font que j'exerce ce métier avec beaucoup d'enthousiasme et de plaisir !»

VALÉRIE BLETON



Je suis plaisiroise depuis 38 ans, maman de deux grands-enfants et deux petits-enfants. Je suis diplômée depuis juillet 1998.

Depuis 25 années j'anime des séances de gym tendance, renforcement musculaire, cardio-training, step, zumba, pilates, stretching postural, yoga et relaxation. J'enseigne, depuis septembre 2018 au Sporting Club de Chavenay, **le pilates, le yoga et la relaxation**. Mes passions et centres d'intérêt sont la danse, les sorties entre copines, le jardinage au soleil avec mes petits-enfants.

ALEXANDRE CORREIRA



Je pratique le judo depuis l'âge de 6 ans. J'ai eu deux vies professionnelles : j'ai été opticien pendant 20 ans, puis commercial spécialisé dans la vente de montures de lunette. En parallèle j'ai suivi une formation les week-ends à l'Institut National du Judo (INJ) à Paris. J'enseigne le judo-jujitsu depuis 2015.

Mes diplômes : 2021 4ème dan kime no kata / gonosen no kata ; 2019 Certification Educateur généraliste « sportsanté » ; 2018 BPJEPS à l'INJ ; 2016 3ème dan katame no kata / goshin jitsu ; 2015 CQP au Comité des Yvelines ; 2014 CFEB au Comité des Yvelines. Je donne des **cours de judo** au Sporting Club de Chavenay et à l'Association sportive de Fourqueux. Devenir professeur de judo est l'aboutissement à transmettre à mes élèves cette merveilleuse discipline.

WENDY BATESTI



Diplômée d'état depuis mars 2017. J'ai été formée techniquement à l'institut de Rick Odums à Paris, puis artistiquement à la Paris Dance School. J'ai enseigné dans plusieurs associations un peu partout dans les Yvelines. Depuis 5 ans fixée sur deux associations situées respectivement à Chavenay et Vernouillet. Je dispense beaucoup de stages pendant les vacances scolaires dans différentes écoles, mais aussi des cours particuliers, pour la préparation des diplômes supérieurs de **danseur**. En plus d'enseigner, je me consacre à la scène, je travaille pour des événements divers et variés, parfois caritatifs. Mon expérience me permet d'exploiter une gestuelle polyvalente.

GHISLAINE BALLETER



Je suis arrivée à Plaisir en 2007 après avoir vécu 3 ans en Guyane et 17 ans en Martinique. J'ai 3 enfants, mes jumeaux (garçon et fille) qui ont 27 ans et ma dernière fille qui a 19 ans. Au quotidien, je travaille au sein d'un grand groupe informatique, département Marketing. J'ai obtenu mon diplôme d'animatrice sportif au mois de mai 2019. J'ai, ensuite, animé des cours de Gym tendance/fitness en effectuant des remplacements et en animant à la salle de sport situé sur le site de mon travail.

En juin 2019, j'ai eu la chance de me présenter au Sporting Club de Chavenay grâce à une amie, animatrice au SCC et j'anime depuis septembre 2019 tous les jeudis soir les cours de **gym tendance/fitness** comprenant des séquences cardio, renforcement musculaire, étirements...

Mes centres d'intérêts sont nombreux comme déguster un bon petit plat au restaurant, les repas en famille ou avec les amis, le cinéma, le développement personnel, la kinésiologie (clin d'œil à ma kinésiologue que je recommande), la mer (que j'essaie de voir régulièrement). Mon petit conseil pour garder la bonne énergie et le sourire : ayez de la gratitude envers vous-même, soyez fiers de vos petites victoires, restez bienveillants envers vous-même et les autres.

