

Sport O' Soleil

Jason MURAT - enseignant en APA à Toulon (83)

Fiche mise à jour le 30 janvier 2023 à 14:26

Sport O' Soleil 

Contact

Sport O' Soleil

121 avenue Antoine Senequier
83000 Toulon

[06 73 06 55 79](tel:0673065579)
sportosoleil@gmail.com
<https://sportosoleil.wixsite.com/toulon>

Qualifications

Licence STAPS mention APAS

Carte professionnelle :

01216ED0071 - [voir sur sports.gouv.fr](https://sports.gouv.fr)

Intervention au domicile : OUI

Déplacement : 30 km autour de Toulon (83000)

Description

Enseignant en Activités Physiques Adaptées diplômé en 2016.

J'ai connu de nombreuses expériences professionnelles un peu partout en France.

J'ai notamment travaillé près de 3 ans dans une association accompagnant toutes personnes ayant des besoins spécifiques, en établissements médico-sociaux et en structures pour personnes âgées.

Désormais je dispose de connaissances et compétences solides grâce à ces différentes situations professionnelles.

Je propose des séances adaptées à tous les types de publics, de pathologies et de problématiques.

Les activités que je peux proposer sont variées : réentraînement à la marche, gymnastique douce (stretching, respiration), entretien du corps (renforcement musculaire, circuit training) et remise en forme (Hiit, cardio training).

Si vous êtes intéressés, nous établirons ensemble un programme d'activités qui vous correspond, qui répond à vos besoins et qui vous motive !

A bientôt pour pratiquer du Sport O' Soleil !



Cette fiche de [SFP-APA](#) est mise à disposition selon les termes de la [licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale 4.0 International](#).