



COACH SPORTIF

# GAËL REITTER



07 83 92 38 52  
gael@reitter.pro



 **COMMENT LE COACHING  
PEUT VOUS AIDER ?**

# EDITO

*Gaël Reitter, Coach sportif*

“

Santé, performance, bien-être, tout vous est accessible. Quelques soient vos objectifs, je vous accompagne à chaque étape pour les atteindre dans les meilleures conditions. Devenir meilleur qu'hier est à votre portée !

En tant que coach sportif, mon métier consiste à accompagner les athlètes vers leurs objectifs en tirant le meilleur d'eux-mêmes en toute sécurité avec des séances adaptées à chacun.

Vous recherchez la performance, vous souhaitez préparer une compétition ou tout simplement améliorer la qualité de vie de vos employés ?

Parce que votre succès et votre évolution sont ma plus grande fierté, faites bénéficier vos équipes de mon expertise afin de révéler le meilleur d'elles-mêmes.

”



Le bon coach



# QUI SUIS-JE ?



**Gaël Reitter**

**Diplômes :**



Master en Sport et Performance à l'INSEP

**Compétences :**



Prise de masse musculaire - Performance - Maintien de la forme - Motivation - Perte de poids - Atteinte d'objectifs - Confiance en soi - Cohésion d'équipe - Heureux

---

Je m'appelle Gael et je suis professeur de tennis à Choisy-le-Roi (94). Passionné de sport et de tennis depuis tout petit, je suis titulaire d'une licence en STAPS (Université de Créteil), d'un bachelor en sciences de l'exercice aux USA (Colorado State University), d'un master en Sport, Expertise et Performance de Haut Niveau (Paris Descartes) effectué à l'INSEP. Mon année d'étude aux Etats-Unis m'a permis de découvrir chez moi une forte capacité d'adaptation et d'intégration. Pendant cette période, j'ai également entrepris de perdre du poids, je connais donc les problématiques de perte de poids et du processus nécessaire pour atteindre ses propres objectifs. Depuis, j'ai eu l'occasion de travailler à plusieurs reprises avec des sportifs de Haut Niveau et je connais bien l'exigence, le travail et le rythme qu'il faut s'imposer pour réussir dans ce monde.

Ainsi, j'interviens aujourd'hui auprès de sportifs à la recherche d'un coaching en tennis et performance ; mais aussi pour toute personne souhaitant faire une activité physique avec des objectifs de perte de poids, prise de masse musculaire, conseils nutritionnels, motivation... Je réalise également des accompagnements personnalisés aux entreprises pour permettre à chacun de libérer les tensions de la vie quotidienne, développer son leadership et améliorer la cohésion de groupe par le sport.



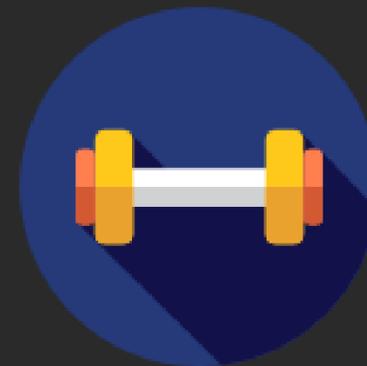
# QUELS SONT VOS AVANTAGES ?



## Mieux vous connaître pour mieux agir

Le coaching sportif vous donne les moyens de vous dépasser et de vous pousser dans vos retranchements. Combien de fois nous pouvons entendre cette petite voix qui nous dit "stop arrête tout", alors que tout est en notre possession pour vaincre ce moment de doute et aller **encore plus loin**.

Le sport vous permet de mieux vous connaître et, dans votre quotidien, de mieux appréhender les situations, de toujours se surpasser et devenir la meilleure version de soi-même.



## Fédérez vos équipes par le sport

Le sport est un booster de cohésion sociale. Avoir recours au coaching sportif par le team-building facilite les échanges au sein d'une même équipe.

De plus en plus d'entreprises l'approuvent : le climat général de leur société ainsi que leur productivité sont en plein essor.

**"Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin et plus vite aussi !"**

Par le coaching sportif, permettez à vos salariés de partager un moment ensemble pour atteindre un objectif commun et gagner en implication salariale.



# MES OFFRES ET TARIFS €

---

Séance de tennis .....	40 € / 01H00
Préparation physique .....	35 € / 01H00
Séance complet .....	50 € / 01H30
Suivi de performance / Bien-être .....	100 € / 06H00

