



ACORPS
TRAINING



Cédric Lambert

Head trainer



06 33 94 04 02



acorpstraining@gmail.com

DIPLÔMES & QUALIFICATIONS

- 2006 – **Moniteur Spécialisé Entraînement Physique et Sportif**
- 2010 – Directeur de séance d'escalade
- 2011 – BPJEPS activités de la natation
- 2018 – Instructeur HBX BOXING / NUTRITION / TRX...
- 2021 – Formation XPERTISE 360 : **Optimisation du mouvement réhabilitation et performance**
- 2022 – Formation Alex Janho (Olympfit) : **Etude et Perfectionnement biomécanique des 3 mouvements de la force athlétique**
- 2023 – Séminaire Thibaudeau Christian (intervenant/expert international) : **Développement athlétique avancé**

EXPÉRIENCE

- 20 ans Moniteur EPMS dans l'armée de terre : préparateur physique
- 14 ans animateur sportif et gestion en association
- Personal Trainer depuis 2018

SPÉCIALITÉS

- Recomposition corporelle
- Remise en forme
- Développement des performances