

GINGAFORM

VOTRE BIEN-ÊTRE

PRESTATIONS

www.gingaform.com



Bien-être

Body

Bien-être : Rectifier les mauvaises postures, restituer la vitalité physique ou stimuler l'esprit avec la gym douce et la méthode Pilates. Exercices efficaces et tout en douceur, d'étirement, de travail postural et de renforcement musculaire. Cours collectifs ou individuels pour adultes ou séniors.



Conseil

Coaching

Coaching sportif : Notre mission est de vous conseiller, vous accompagner et vous motiver pour atteindre vos objectifs comme : perte de poids, renforcement musculaire, préparation physique, motricité; pour tout type de personne, du néophyte au professionnel, quelque soit le corps de métier...



Détente

Zénitude

Zénitude : Entretenir son corps et son esprit par la gestuelle respiratoire, énergétique et de détente. Cours collectifs, individuels, animations de groupes de Qi Gong et de relaxation. Exercices d'entretien de la santé, gestion de stress, renforcement de l'énergie vitale, relaxation...



Médical

Education

Education thérapeutique : Educateur sportif en milieu hospitalier et structures spécialisées, adultes, enfants et séniors. Activités sportives et dansées adaptées pour public spécifique présentant des pathologies chroniques ou d'un handicap : obésité, diabète, psychotiques...



Formation

Enseignement

Enseignement : Formation pour animateur et éducateur sportif (action pédagogique, passage de tests, tutorat, évaluations, jury...). Interventions pour l'EPGV au CREPS de Toulouse.

Contact : Edgar Francisco tél 06 73 14 21 17 gingaform@free.fr

COACH SPORTIF

Edgar Francisco

31500 TOULOUSE

Tél 06 73 14 21 17

Edgar.francisco@free.fr



EXPERIENCE PROFESSIONNELLE

>Intervenant en milieu hospitalier....

Professeur de danse dans une structure psychiatrique - Hôpital Marchant - Psychotiques.

Educateur sportif : réseau REPPPOP – Hôpital Purpan - Obésité infantile.

>Formateur d'éducateurs sportifs et d'animateurs

CREPS de Toulouse :

BPJEPS : Brevet Professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport.

AGFF : Activité Gymnique de la Forme et de la Force.

FFEPGV (Fédération Française Education Physique et Gymnastique Volontaire).

Stages nationaux de formation continue

CQP ALS : Certification de qualification professionnelle d'animateur de loisirs sportifs.

APT : Activité Physique pour Tous.

AGEE : Activité gymnique d'entretien et d'expression.

2007 - 2014

>Professeur de remise en forme...

EFFORMIP : intégration et prise en charge dans cours collectifs, pathologies chroniques (Club Athlétique Balmanais).

ACTI'MARCH : atelier de réadaptation à l'effort pour sédentaire (Stade de Balma).

Cours de Gym adultes et seniors : CAB de Balma et GV Rangueil.

Stages sur les techniques de relaxation, respiration et de fitness, formation continue Région Midi-Pyrénées (GV).

>Professeur de Danse et de Capoeira...

Cours adultes : Urban Latino et Zumba (espace danse St Cyprien, gymnase de Balma, la résidence des Arts, Drémil Lafage, Garidech, Latécoère...).

Stages adultes et enfants : Salsa, Hip-hop, Samba, Ragga, Capoeira, Zumba (Yemaya, Salsa Si, Ocho y Salsa...) en France et à l'étranger.

Stages projets éducatifs et de festivals : Urban Latino, lycée Françoise Tournefeuille.

Spectacles : création pour festival Cuba Hoy (tango et danse brésilienne mêlés au cirque), compagnie-danse de Cabaret, Léa Souma (Gospel), spectacle musical YAKI (afro-cubain)...

2005 - 2007

Conseiller de formation à l'EPGV : cours collectifs (Balma, Rangueil), sessions de formation (Midi-Pyrénées).

Professeur de Capoeira adultes et enfants : l'Union des Arts, le Foulani, Espace St Cyprien, CLAE Toulouse.

Stages de Samba, Salsa/Hip-hop, Capoeira, Qi-Gong, Massages : Yemaya, Associations.

Création « Le Caba'Rêve latin » : Festival Cuba Hoy ! Tournefeuille. Collaborations artistiques dans le cadre de rencontres interculturelles.

2000 - 2005

Professeur de Remise en Forme : salle Scandia, Euforia, Equilibre, FOL, associations Toulouse.

Professeur de Capoeira, Salsa, Samba : Espace St Cyprien, l'Union des Arts, CLAE (enfants de 4-12 ans, approche pédagogique spécialisée) Toulouse.

Prestations dans le cadre de stages dispensés sur Paris (Studio Rock n'Roll, Danses Passions...) et à l'étranger (Europe).

Danseur-Performeur pour différentes compagnies : spectacle afro-cubain Yaki, groupe salsa

	Timbanéo, formation de gospel Léa Souma, troupe Brasil Bahia Show, agence d'événementiel Halloween et agence Kalao.
1999 - 2000	Professeur de remise en forme : cours particuliers, collaboration avec nutritionniste, Brésil. Performance au sein du groupe Kizumba : carnaval de Salvador Bahia, Brésil. Stage de danse dispensé aux professeurs de l'Académie de Ballet "Elza Prado", Brésil.
1996 - 1999	Professeur de Remise en Forme : salle Moving de Rouen et Club Med (Europe). Prestations dans le cadre de Spectacles de Fitness et d'arts Martiaux. Professeur de Remise en Forme : Club Montmartrois, Paris.
1994 - 1996	Educateur F.C du Grand Rouen : préformation des jeunes footballeurs (13-15 ans). Educateur Sportif Club de Gymnastique "La Sottevillaise" Sotteville les Rouen. Animateur de collectivités UCPA : cyclotourisme. Bretagne.

COMPETENCES

Coaching	Coach sportif : coaching adapté du pratiquant néophyte au professionnel.
Fitness	Professeur de Fitness & Culture Physique : travail collectif et personnalisé.
Capoeira	Enseignement : cours traditionnels et adaptés à des publics spécifiques.
Qi Gong	Praticien : cours de gymnastique énergétique chinoise.
Massages	Amma : massage assis - Shampi : massage indien du crâne - Chinois .
Zumba	Instructeur Zumba certifié depuis 2011 (kids, toning, gold, step).
Danse	Professeur de danse : cours collectifs et individuels. Danseur Chorégraphe : création, performance.

FORMATION

2014	Certification Instructeur "zumba Step" - Ramatuelle Méthode de Gasquet - Abdos sans risque, yoga stretch, fitball – Paris
2013	Certification Instructeur "zumba Gold" - Etats Unis
2011 - 2012	Certification Instructeur "zumba ", "zumba toning" et "zumba kids" - Etats unis
2011	Certification Pilates - Toulouse
2005 - 2007	Certification Préparateur Physique - Personal Trainer : CREPS Toulouse. Perfectionnement en Médecine Traditionnelle Chinoise (4^è année) Académie Wang. Certification Formateur , comité technique régional, EPGV. Certification ACTI'MARCH et certification EFFORMIP , réseau Sport Santé.
2002 - 2005	Diplômé en Médecine Traditionnelle Chinoise , Académie Wang, Toulouse. Praticien de Qi Qong , méthode du Dr Liu Dong, Toulouse. Praticien de Massage traditionnel indien du crâne , méthode Shampi, Toulouse. Formation en physiologie et énergétique Chinoise , massages chinois, Toulouse.
2000	Praticien de Massage Assis , formation "Touch Line Institut", Paris.
1998	Brevet d'Etat d'Educateur Sportif "métiers de la forme" , fitness & musculation, Paris.
1996	Brevet Fédéral de Football , animation et entraînement débutant au senior, Rouen.
1995	BEESAPT Brevet d'Etat d'Educateur Sportif et d'Activités Physiques pour Tous