



## Alexandre Garcia

44 ans

Conseil – Formation – Coaching

### [ Domaines d'interventions ]

**Conseil :**

préparation d'équipes, team building

**Formation :**

Dynamique d'équipe, préparation mentale, gestion du stress

**Coaching :**

managers, dirigeants et équipes de direction

### [ Formation ]

Préparation Mentale : diplômé praticien en Sophrologie sportive (Académie de sophrologie Paris) et diplômé Universitaire en Préparation Mentale pour les sportifs de haut niveau (Université Clermont-Ferrand).

Coaching : Maître-Praticien en Programmation Neuro-Linguistique (IFPNL Paris)

Préparation Physique : Diplômé Universitaire Européen en Préparation Physique (Universités Lyon, Turin, Macolin, Lausanne) et titulaire d'un master 2 S.T.A.P.S (Université de Grenoble et Dijon)

### [ Expérience Professionnelle ]

**Parcours de manager :**

Alexandre a été le préparateur Athlétique et Mental du club de football professionnel de Cannes. Il occupait avant les mêmes fonctions au Rodez Aveyron Football Championnat de National. Précédemment il a été le Préparateur Athlétique et Mental de l'équipe de France Masculine de ski alpin pendant 5 ans (Skieurs références : Grange J.B champion du monde - Antoine Denéziat Champion olympique à Turin 2006)

**Parcours de consultant :**

Consultant, formateur et coach pour Casa Victoria, pour les cohésions d'équipe et la préparation mentale Alex intervient aussi à l'UFR.STAPS de Chambéry sur la thématique de la préparation physique et mentale du sportif de haut niveau.