



MARIANNE SAGOT

Accompagnatrice en Montagne

Accompagnatrice en Montagne

Educatrice sportive Trail

Monitrice VTT

Passionnée des Pyrénées

Occitanie

Contact

✉ mistiksonic@gmail.com

☎ 0695136648

EXPÉRIENCES

ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE

VIBREZ MONTAGNE

Toulouse Freelance Depuis juin 2011



- ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE

Monitrice VTT

Vibrez Montagne

Depuis 2013



FORMATIONS

DIU Nutrition et Activités physiques Option Prévention-Santé

UFR MEDECINE CLERMONT-FERRAND

Mars 2016 à juin 2017

Obtention du DIU Nutrition et Activités physiques Option Prévention-Santé : connaissances théoriques et pratiques sur le rôle préventif et curatif de l'activité physique et de l'intervention nutritionnelle chez l'individu sain ou malade.

DIU Nutrition et Activités Physiques Option Performance sportive

UFR MEDECINE CLERMONT-FERRAND

Avril 2018 à juin 2018

Obtention du Diplôme Inter Universitaire (DIU) Nutrition et Activités Physiques Option Performance sportive Connaissances théoriques et pratiques sur la prise en charge nutritionnelle de l'individu sportif dans un but d'optimisation de la performance.

Diplôme d'Etat (DE) Alpinisme-Accompagnateur en montagne

Ministère de la Jeunesse et Sports-DRJS Franche-Comté

Juin 2010 à juin 2015

Diplôme Niveau III-RNCP
Accompagnateur en moyenne montagne
Titulaire de l'UF5 « Adaptation à l'effort, perfectionnement technique et entraînement à la randonnée pédestre et activités assimilées en moyenne montagne pour tout public »

COMPÉTENCES

PERSONNALITE

- SENS DU RELATIONNEL
- DYNAMISME
- RIGUEUR ET METHODE
- QUALITE FEDERATRICE
- AISANCE A L'ORAL
- CAPACITE D'ECOUTE

ENCADREMENT SPORTIF

- RAQUETTES A NEIGE
- RANDONNEE
- VTT
- TRAIL
- Course d'Orientation
- Team building

LANGUES

- ANGLAIS
- ESPAGNOL

LOISIRS

Sport

- Passionnée de sport et surtout de montagne je pratique le Raid Multisport en compétition depuis 2002, le trail et l'ultra-trail depuis 2009. Je suis devenue accompagnatrice en montagne en 2011 puis Monitrice VTT en 2012. J'encadre régulièrement des groupes en France et en Espagne. Je propose des randonnées, du trail, des course d'orientation, du VTT sur www.vibrezmontagne.fr.

DU ANALYSE, ENCADREMENT ET OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE EN TRAIL RUNNING

Université de Perpignan département STAPS

Octobre 2014 à juin 2015

Obtention du Diplôme Universitaire (DU)
ANALYSE, ENCADREMENT ET OPTIMISATION
DE LA PERFORMANCE EN TRAIL RUNNING

Monitrice VTT

DDCS Montpellier

Octobre 2012 à juin 2013

Diplôme Niveau IV-RNCP
Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et
du sport spécialité "activités du cyclisme", mention "VTT".
Certificat de Qualification Complémentaire VTT

Entraîneur Adjoint Hors Stade

FFA

Octobre 2012 à 2012

Diplôme Fédéral

Instructeur Randonnée et Raquettes à Neige

FFME

2011

Diplôme Fédéral délivré par la Fédération Française de la
Montagne et de l'Escalade

TS+ « Manager en logistique de distribution »

Institut Supérieur de la logistique et du transport

1998 à 1999

Diplôme Niveau II – RNCP
Logistique & Transport international

DUT GESTION, LOGISTIQUE ET TRANSPORT

IUT PERPIGNAN

1996 à 1998

Diplôme Niveau III – RNCP
GESTION, LOGISTIQUE ET TRANSPORT

Sauveteur Secouriste du Travail

DEKRA

2015