Jules Charcolin

Préparation physique, rééducation et accompagnement à la performance.

37 ans - Permis de conduire

charcolinjules@gmail.com
06 22 25 04 46

Expériences

Enseignant en activités physiques adaptées

SMR Roz Arvor - Depuis novembre 2021

- Prise en charge de patients présentant des pathologies orthopédique, neurologique et maladies chronique en activités physiques adaptées.
- Développement de process de prise en charge en activité physiques adaptées pour des patients atteints de différents types de pathologies (neuropathologie, pathologies orthopédiques, maladie chroniques, traumatologie du sport,...)
- Construction d'outils innovants de prise en charge dans un objectif de rééducation. Exemple : Utilisation du BLAZEPOD® dans le développement de qualités cognitive et motrice pour des patients atteints de maladie neurologique et/ou orthopédique. Création de protocole d'électrothérapie.
- Création d'un programme fragilité, visant le maintien ou l'amélioration de la santé par les activité physiques adaptées. Contrôle de la charge de travail, thématique renforcement musculaire, développement cardiovasculaire, équilibre, travail cognitif.
- Travail pluridisciplinaire avec une équipe composée d'un médecin, une infirmière, Kinésithérapeute, ergothérapeute. Gestion de la douleur, monitoring de la charge de travail, compte rendu de séance, bilan de fin de prise en charge.

Préparateur Physique & Accompagnement à la performance sportive

Perf'Trainer - Depuis septembre 2016 - Freelance - Saint-Nazaire - France

- Préparation Physique Pilote élite BMX, Hippolyte Bourdeau (1/4 de finale championnat du monde 2022, champion de France cadet, Bourdeau). Encadrement des séance de musculation dans un objectif de performance. Championnat de France, Coupe de France, Coupe d'Europe, Championnat du monde. Echange avec TEST INSEP
- Préparation Physique et réathlétisation au sein du Saint Nazaire Handball. Groupe N2 masculin, prénational et jeunes, Groupe N3 féminin et jeunes. Mise en place de protocole de reprise après blessure en lien avec le corps médical (médecin du sport et kinésithérapeute). Contrôle, planification et suivi de la charge d'entraînement en relation avec le staff (entraîneurs).
- Préparation Physique de sportifs de haut niveau (wake board : Axel Paget, Tennis : Morgane Masquart, Paddleboard : Pierre Lopez).
- Réathlétisation. protocole de retour après blessure pour les sportifs amateur et professionnels (Julien De la Bretesche joueur D2 Handball : genou, Pierre Lopez : cheville)
- Préparation physique pour le sportif amateur : construction de programme d'entrainement. Contrôle et suivi d'entrainement.

Formations

Biomécanique du Sport

SCI-SPORT SCHOOL
2021 à 2022

Formation professionnelle sur l'étude du mouvement Humain.
Module 1 : Force et Mouvement
Module 2 : Relation Force/Temps

Diplôme Universitaire: Evaluation et Préparation Physique

Faculté des sciences du sport de Poitiers
Septembre 2013 à juin 2014

Rapport de stage : Etude réalisé sur l'évolution des qualités musculaires (force et puissance) sur les membres supérieur durant seulement 4 semaines chez un sportif de haut niveau en sauvetage sportif. Evaluations effectuées avec un myotest.

Deug et Licence STAPS

Université de Nantes et Poitiers
Septembre 2010 à juin 2011

Compétences

Préparation Physique & Rééducation

- Développement des Qualités Physiques. Composante musculaire, cycle de force maximale, force explosive, force vitesse. ●●●●●
- Développement des qualités physiologiques, filières énergétique. Maitrise du fonctionnement du métabolisme humain. Nutrition et diététique adapté au sportif. ●●●●●
- Evaluation des Qualités Physiques. Utilisation des outils de mesures, myotest, optojump, cellules photoélectriques, application My Jump. ●●●●●
- Mise en place de protocole après blessures ●●●●●
- Contrôle, Suivi et Planification de l'entraînement du Sportif. ●●●●●
- Utilisation d'application de suivi de l'athlète (optitrainer & ekyno) ●●●●●
- Certifié Niveau 1 et 2 en préférences motrices (CE2 formation) ●●●●○

Rééducation, Réathlétisation, Sport Santé

- Prise en charge de lombalgie ou post opération du dos. ●●●●●
- Rééducation orthopédique ●●●●●
- Rééducation Neurologique ●●●●●
- Sport santé ●●●●●

Maître Nageur Sauveteur

- Titulaire du BEESAN à jour du recyclage CAEPMNS.
- Formation CFAPSE (Premier secours de niveau 2)
- Stage côte dangereuse validé. Poste de secours Centrale LACANAU

Centres d'intérêt

Sport

- Triathlon, Sauvetage Sportif
- Sport de nature : Trail, voile, canoë-kayak, VTT
- Golf

Arts

- Danse Hip Hop
- Photographie