



Elais Besnard

Cours collectifs & Personal Training
Engagement adhérent • Progression & fidélisation
Développement de l'activité

☎ +33 6 62 22 22 82
✉ elaislivingston@gmail.com



COACHING FITNESS : TECHNIQUE & PERFORMANCE

- **Cours collectifs fitness : LesMills & freestyle**
Pilates, Yoga, APOR De Gasquet, Cross Training, Renforcement postural et périnéo-abdominal, techniques hypopressives.
- **Coaching individuel**
Programmation sur mesure, Suivi individuel et correction technique, Posture, Performance, Optimisation du mouvement, EMS.

EXPÉRIENCE ADHÉRENT & RAYONNEMENT STRUCTURE

Accompagnement premium et sur mesure. Ecoute, adaptation et pédagogie, suivi. Conseil et valorisation des services et des produits. Vente et fidélisation client.

15 ANS DE TERRAIN

TOPFORM STUDIO (Ducos, Martinique) — Coach Fitness & Yoga | 2026

Accompagnement sur mesure, technicité et pédagogie. Valorisation et vente des services. Relationnel adhérent, fidélisation et élargissement de la clientèle.

LES KARELLIS — Coach Fitness • Danse & Yoga | 2016-2026 - Saisons d'été

Construction, déploiement et pérennisation de l'activité sur 10 ans. Relationnel et fidélisation. Maîtrise technique et qualité d'encadrement. Autonomie & initiative.

LA TOUR D'AUVERGNE — Coach Fitness • Danse & Yoga | 2012-2025

Structuration et évolution de l'activité, fortes fréquentation et fidélisation. Nombreuses formations techniques et certifications. Accompagnement adapté : périnatalité, douleurs et pathologies chroniques.

INDEPENDANTE — Coach Fitness & Yoga • Masseuse professionnelle | Depuis 2017

Accompagnement de publics spécifiques et adaptation des pratiques. Développement et fidélisation clientèle. Gestion d'activité.

	2025	2020	2012	2011
Co-présidente Association Tribal Arborescence	SPA PRATICIEN Spé massage sportif Deep Tissue Letis, Lyon	RYS 200 / RPYS Yoga Yoga péri-natal FF Green Yoga	BPJEPS AGFF (C & D) ENCP, Rennes	BTS ASSISTANT MANAGER Alternance. Fac des Métiers, Bruz
   				