

## Des sportifs parlent de Padillasport

### Aurélien PANIS

Pilote Equipe de France de sport Automobile avec plusieurs podiums Européens.  
Préparation Physique globale, récupération, stage et suivi sur compétition.  
« Beaucoup de professionnalisme, une vraie connaissance du sportif et tout ça dans la bonne humeur ! Toujours un plaisir de travailler dans ces conditions ! »

### Aviron Grenoblois

Préparation physique du groupe Séniors avec sportifs médaillés sur la scène nationale et internationale

### Christophe CUYNAT

Préparation physique du Football club de la Vallée de la Gresse.  
Entraîneur Seniors FCVG , en 2 ans 1 montée de pHR à DHR et une 2<sup>nd</sup> place en DHR.  
« Nous avons commencé notre travail en collaboration il y a 2 ans, sa connaissance sur la préparation physique a permis aux séniors et jeunes joueurs de la vallée de se perfectionner et progresser ou il y avait un manque.  
Son apport a permis de structurer mes séances, de préparer mes joueurs à la compétition, d'éviter les nombreuses blessures, d'aborder un match dans les meilleures conditions possible.  
Je tiens à le remercier pour son apport et il m'a permis d'enrichir mes connaissances sur la préparation physique. »

### Mickaël BIÈCHE

Préparation physique Humoriste professionnel.  
« Depuis toujours le théâtre, la scène et l'humour mettent le corps à rude épreuve. Ce pourquoi je fais appel à Damien pour qu'il m'aide dans la préparation et la remise en forme de mon corps et de mon esprit. Damien, je le considère comme le co-auteur de certains de mes sketches et le gardien de ma bonne forme sur scène. »

### Hervé GALABERTIER

Président du Tennis club de Varcès.  
« Le physique avec Damien c'est dynamique, dur, varié et relaxant !!!! Que du bonheur, du sport dans toute sa splendeur. »

### Eric MEDIEL

Préparation physique Tennis à distance.  
« Pour cette première expérience dans le domaine de la préparation physique à distance, nous avons eu la chance de tomber sur un véritable professionnel.  
Séances personnalisées en temps et en heure, exercices attrayants, suivi et réajustement, correction grâce au retour vidéo. Nous avons commencé la préparation un peu tard, et pourtant des progrès significatifs ont pu être constatés à l'entraînement et pendant le suivi des tournois dès le printemps. »

### Philippe POYET

Coaching sportif.  
« Damien est très professionnel et on le ressent à chaque cours. Même si parfois les cours sont « durs » on a envie de revenir et on ressent à la fin un bien être intense. Damien sait également avec beaucoup de philosophie nous faire progresser et nous donner envie de nous dépasser dans les exercices proposés. Il est très motivant ! En fait moi j'adore !! »

### Yohann CROIZAT

« Une psychologie sportive adaptée à tout âge. Une pédagogie calée sur les motivations et capacités de chacun. Un mental et un savoir-faire qui donne envie de réaliser une partie de son parcours de sportif avec son soutien quelque soit son ambition. »

### Gilles PFEIFFER

« Je suis coaché depuis presque 3 ans par Damien. Au delà de son expertise évidente en préparation physique, c'est aussi la motivation et le suivi personnalisé qu'il m'apporte dans l'entraînement que j'apprécie. »



### Damien PADILLA

« Préparateur physique professionnel intervenant dans le sport automobile, tennis, aviron, football, enduro, rugby, équitation... »



### PadillaSport

PADILLA Damien  
padillasport@padillasport.fr - 06 82 10 26 06

[www.padillasport.fr](http://www.padillasport.fr)

SIRET : 534 476 643 00026

Spécialisé dans la  
Préparation Physique  
et le Coaching Sportif



## Cellule Performance

La préparation physique est un des facteurs de la performance. Un ensemble de services pour atteindre vos objectifs :

### ► Pour Sportifs

Possibilité de prise en charge à l'année, au mois, avec suivi sur compétition (échauffement, récupération, conditionnement, ...)

### ► Pour clubs, association, structures

Préparation physique de début de saison, trêve hivernale ou toute la saison (évaluation, planification...) Accompagnement sur les compétitions (échauffement, récupération, conseils...). Préparation physique d'une équipe ou de l'ensemble du club.

### ► Formation de vos entraîneurs sur les notions importantes de la préparation physique

### ► Stage en altitude, en centre partenaire...

## Cellule à Distance

Une préparation à distance, une véritable collaboration : envoi des séances, échanges de video, retours, corrections, disponibilité,...

## Cellule Entreprise

Plusieurs études montrent une augmentation de productivité, diminution de l'absentéisme... et surtout une meilleure cohésion d'équipe et un bien être réel de vos salariés. Un panel de cours adaptés peut être proposé à votre entreprise au sein de votre établissement ou en extérieur.



## Cellule Réathlétisation

Prise en charge pour revenir après une blessure dans les meilleures conditions physiques

## Cellule Coaching Sportif

Des séances pour atteindre vos objectifs : perte de poids, tonification, sport loisirs, conseils en renforcement et musculation, bien être...

Dans un cadre unique, une salle privée dédiée à la préparation physique et au coaching... à proximité d'une piste athlétisme, de chemin forestiers, de zones avec dénivelée...

### *Une structure pour un travail de qualité.*

Du sportif loisir aux sportifs de haut niveau, ensemble vers vos objectifs...

Chaque structure, chaque sportif est différent, chaque équipe mérite un travail adapté et spécifique à ses conditions.

*N'hésitez pas à me contacter pour de plus amples informations*

*« Le sport va chercher la peur pour la dominer, la fatigue pour en triompher, la difficulté pour la vaincre. »*

Pierre de Coubertin