

## Hélène HUYNH-QUAN-SUU

27 ans, Permis B  
Véhiculée

35 D Rte de charly  
69230 St GENIS-LAVAL

Tél : 06 95 00 40 03

Mail : helene.suu@gmail.com

### EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

#### Professeur de KUNG FU

Depuis Septembre 2014

**École Centrale et EM Lyon (Ecully)**

Cours de Kung Fu intégrés au cursus I.D.E.A. (Master)

**Association Taïfu**

Cours de Kung Fu en fant (5 à 11 ans)

Temps d'Activités Périscolaires (Mairie de Saint Genis-Laval)

**Amicale Laïque Voltaire (Lyon 9)**

Cours de Kung Fu enfant et adultes.

Juillet 2014

**Association Taïfu**

Initiations Kung Fu enfant (5 à 11 ans) dans le cadre des "Opération Sport Été" (Mairie de Saint-Genis-Laval)

**Centre social de Gerland**

Stage d'initiations au Kung Fu pour enfants et ados.

#### Animatrice sportive (Gym et Multisports)

Depuis Septembre 2014

**MJC Confluence**

Cours d'Éveil Gym (3-4ans) et Gym Junior (5-6ans).

**Amicale Laïque Voltaire (Lyon 9)**

Cours d'Éveil Gym (4-5ans).

**G.V. Saint-Genis-Laval**

Cours de gym adulte tonique

**G.V. Oullins**

Cours de gym senior

Depuis septembre 2013

**G.V. Feyzin**

Animation cours de gym adulte dynamique et gym douce (senior)

**G.V. Perrache**

Animation cours de gym adulte dynamique et cours senior

**G.V. Ste Foy-Lès-Lyon**

Animation cours de gym adulte/senior (stretching, renforcement musculaire)

Février 2013 à Juin 2014

**Service des sports, ville de St Genis-Laval**

Activités sportives variées avec l'U.S.E.P. - enfants de 7 à 10 ans

#### Auparavant...

Septembre 2008 à septembre 2012

**5e-Distribution, Ingelux, Philips Lighting**

Chargée d'affaire bureau d'étude en éclairage

### COMPÉTENCES

- **Connaissances des différents publics : enfants (+3ans) à séniors.**
- **Animation cours collectifs adultes (salle ou extérieur)**
- **Mise en place de séances et de cycles d'entretien corporel**
- **Utilisation d'outils et techniques variés (matériel de gym, travail individuel ou en équipe, situations ludiques)**
- **Pédagogie adaptée au public et différenciée**
- **Mise en place de séances et de cycles d'activités sportives**
- **Encadrement d'activités sportives pour les enfants (+ 3 ans)**
- **Création d'un projet de développement d'association**
- **Techniques d'entraînement sportif**
- **Gestes d'urgence et de secours**

Logiciels maîtrisés (Mac et Windows)

Suite bureautique, Photoshop, GIMP, Illustrator (Affiches, flyers, etc)

### FORMATIONS - DIPLÔMES

Juin 2014

**CQP AMCX (Kung Fu)**

CREPS Poitiers (FFWaemc)

Février 2014

**BPJEPS A.P.T. (Activités Physiques pour Tous)**

IPCAS - Peyrefitte Sport

Mai 2012

**PSC1 (Prévention et Secours Civique Niveau 1)**

### PARCOURS SCOLAIRE

2008-2009

**Licence Professionnelle Conception**

**et Management en Éclairage** (BAC+3 / mention Bien)

I.A.E. - Université Jean Moulin Lyon 3

Lauréate du prix Daniel Nay 2010

2006-2008

**BTS Systèmes électroniques** (éq. mention Bien)

Lycée Marcel Sembat (Vénissieux)

Juin 2006

**Bac série S** (mention AB)

Lycée La Favorite Ste Thérèse (Lyon 5ème)

### EXPÉRIENCES BÉNÉVOLES

Octobre 2012 à juin 2013

**École Centrale de Lyon (Ecully)**

**Activité Kung Fu et Tai Chi Chuan**

Assistante et jury cours de Kung Fu et Tai Chi tous niveaux.

Depuis septembre 2012

**Association Kung Fu & Gym Chinoise (St Genis-Laval)**

- Assistante et jury pour les cours enfants (à partir de 5 ans) et adultes

- Vice-secrétaire de l'association

**Gestion du site web, gestion des commandes d'équipement, activités administratives, documents de communication divers.**

Depuis 2010

**Centre Socio-culturel Point du Jour**

**Activité Kung Fu**

Assistante et jury pour les cours enfants (à partir de 5 ans) et adultes.

### INTÉRÊTS

**Kung-Fu** : 8 ans, ceinture noire (niv. 3e D) - **Tai Chi Chuan** : 3 ans

Course à pied - VTT, Roller, Randonnée - Vol libre (cerf-volant, parapente, ULM...)

Jorkyball (Foot en salle), Football (en club pendant 11 ans) - Comics, BD, dessin