

PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



DANIEL COURY – DIRECTEUR TECHNIQUE
SWEDISH FIT, RESPONSABLE DU PÔLE
FORMATION SWEDISH FIT (RESPONSABLE DE
L'ENSEMBLE DES FORMATEURS ET DES
ÉVALUATEURS SWEDISH FIT)

Impliqué depuis son plus jeune âge dans l'association sportive familiale, La Gym Suédoise – Swedish Fit, Daniel s'y est très tôt investi en tant qu'animateur. Dès l'obtention de sa maîtrise de commerce et de marketing en alternance dans le secteur des télécoms, c'est tout naturellement qu'il décide de faire de sa passion son métier et de s'engager pleinement dans le développement d'un projet sportif.

Afin d'enrichir son champ de compétences, il suit alors différentes formations dans le secteur de la forme et du fitness : à la « Scandinavian Academy of Fitness Education » en Suède, à « l'Institut de formation aux métiers du sport et de l'animation » de l'UCPA en France, ou encore au « YMCA FIT » au Royaume-Uni. Chacune d'entre elles lui permet d'acquérir une expertise dans l'encadrement en musculation, l'animation de cours et le coaching personnalisé. Mais aussi dans l'ingénierie et le développement de formation d'animateurs dans le domaine de la remise en forme.

Très vite il se consacre au développement du concept Swedish Fit en France et à l'étranger en travaillant notamment sur le recrutement et la professionnalisation de ses équipes d'animateurs. En parallèle, il étend le réseau des salles et multiplie les partenariats institutionnels et privés, permettant de proposer aujourd'hui aux 25 000 membres inscrits plus de 500 cours par semaine.

Avec un parcours de près de 25 ans dans l'animation de cours collectifs en musique et une expérience de 20 ans dans la formation d'animateurs et d'encadrants de formations sportifs, Daniel est aujourd'hui Directeur Technique de Swedish Fit. Il encadre une équipe de 10 personnes qui veille au quotidien à la qualité et au développement des activités de l'organisation dans 15 villes en France, ainsi qu'à Londres, à Genève.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



MALIKA BENHADJ – FORMATRICE ET
EVALUATRICE SWEDISH FIT

Initialement Comédienne, elle a travaillé dans son école de formation aux métiers de l'acteur (à Malakoff) en tant qu'enseignante auprès de publics adultes (cours du soir) et adolescents (les mercredis) puis est intervenue dans le cadre de projets de réinsertion de jeunes en échec scolaire se servant des différents outils propres au théâtre pour les accompagner. Également très engagée dans une association accueillant des femmes victimes de violence (La Maison des Femmes de Paris), elle a mis en place de nombreux ateliers autour de l'expression corporelle et de l'estime de soi pour accompagner ces femmes en " reconstruction".

Par la suite elle intègre la structure Swedish Fit en tant qu'hôtesse d'accueil, dans un premier temps, puis deviens animatrice sportive dans un second temps en passant le CQP ALS AGEE. Elle travaille aujourd'hui au sein de l'équipe Formation Swedish Fit.

En parallèle, Malika a suivi une formation de 4 ans en sophrologie et en Relation d'aide et se sert de ses différents outils dans l'accompagnement des animateurs et au sein des formations Swedish Fit qu'elle anime.

Devenue maman, elle s'intéresse aujourd'hui beaucoup à l'univers de l'enfant et à l'accompagnement, l'éveil, le développement psychomoteur, les besoins d'épanouissement de celui-ci. Elle suit des stages autour de l'enfance. Malika est une des référentes des activités Soft et Modéré chez Swedish Fit.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



KATIA BREDEL – FORMATRICE ET EVALUATRICE
SWEDISH FIT

Passionnée depuis son enfance par la danse, Katia a depuis toujours aimé faire des chorégraphies et des spectacles. Devenue sportive sur le tard (vers 21 ans), elle se passionne pour le running et prend très vite goût au challenge, en enchaînant les compétitions, type 10km, semi, trails, triathlon allant jusqu'aux marathons, la discipline « reine » qui lui forgera un mental d'acier.

En parallèle du running, voulant aussi créer du lien social, elle découvre Swedish Fit en 2010 et s'y investit en 2012. Dans un premier temps, elle sera hôtesse d'accueil pendant trois ans puis deviendra animatrice sportive en 2015, et obtiendra le CQP ALS AGEE en 2017.

Avec un parcours atypique, Katia animera du Soft en premier lieu, car très attachée au public et dans l'envie de transmettre à tous, puis très rapidement elle animera du Dance où elle se révélera. En 2018, elle travaillera dur pour devenir animatrice Cardio-pump, une activité qui la challengera et la fera évoluer, puis enfin en 2021, elle animera du Standard.

Entre 2019 et 2020, Katia décide de se former en tant que professeur de Yoga, qui bousculera beaucoup de choses dans sa vie, tant personnelle que professionnelle et elle amorcera alors une transition vers une reconversion dans le domaine du sport et du bien-être. Elle deviendra aussi Formatrice dans les sessions 200hrs de professeur de Yoga en 2021, et jusqu'à gérer des groupes en Lead teacher.

C'est donc naturellement qu'elle intègre le pôle Formation Swedish Fit en janvier 2022 pour apporter son expérience, ses compétences et transmettre des valeurs comme la bienveillance, la résilience et la joie au plus grand nombre.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



ROMAIN BRIAND - FORMATEUR ET
EVALUATEUR SWEDISH FIT

Titulaire d'un Master en Technologie et Gestion Industrielle, Romain a travaillé pendant 14 ans dans des différents secteurs d'activités en gestion de projet, management de production et logistique. Ses différentes missions professionnelles lui ont permis d'acquérir des compétences en planification, en coordination et en gestion de flux physiques ou d'informations.

A la fin des années 2000, il découvre le concept Swedish Fit qui devient rapidement son activité sportive favorite complétant ainsi le running qu'il pratique régulièrement depuis de nombreuses années. Passionné par cette nouvelle discipline, il intègre la structure en devenant successivement hôte et animateur. Progressivement, Romain poursuit son parcours d'animateur en se formant à différentes activités spécifiques et intègre en 2013 le Pôle Formation en se formant à l'évaluation de programmes. En parallèle à son implication au sein de la formation, Romain développe les activités Swedish Fit dans le 12ème arrondissement parisien avec la mise en place de 12 cours hebdomadaires et le management d'une équipe de 20 personnes toutes engagées dans ce projet sportif.

En 2014, Romain se professionnalise dans l'animation sportive en obtenant le CQP ALS AGEE. Cette même année, il saisit l'opportunité de changer d'orientation professionnelle en devenant coordinateur formation au sein de la direction Technique de Swedish Fit.

Plus récemment, son grand attachement à la musique et à l'expression corporelle lui permet d'accompagner les stagiaires animateurs et d'intervenir en formation sur des modules dédiés à la musique, l'exécution du mouvement et la construction de séances. Ses domaines d'expertise l'amènent à participer aux nombreux ateliers de recherche et développement des nouvelles activités Swedish Fit.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



FLORIANE BRIGUI -
FORMATRICE SWEDISH FIT

Issue du monde de l'art, Floriane s'est professionnalisée en tant que guide conférencière dans les musées. Spécialisée auprès du public enfant, elle collabore avec les établissements scolaires et les organismes de voyages pour le jeune public. La transmission est au cœur de ses multiples activités; elle crée ses ateliers et activités dans le but de faire venir l'art auprès des jeunes qui en sont le plus éloignés. Passionnée également depuis toujours de course à pied, elle décide d'élargir sa pratique sportive avec Swedish Fit.

Désireuse de transmettre à son tour la joie du mouvement, elle se professionnalise en tant qu'animatrice sportive en 2016 et s'engage toujours davantage dans le projet en rejoignant l'équipe des managers. Elle s'occupe en outre depuis 2023 de recruter les nouvelles ressources en animation et travaille en étroite collaboration avec l'équipe formation pour évaluer les candidat.es et les intégrer en animant les formations concept.



SWEDISH FIT

PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



LUCIE COMMEAU -
FORMATRICE SWEDISH FIT

Titulaire d'un DUT Génie Biologique puis d'un Master en Biotechnologies & Santé, Lucie s'est progressivement orientée dans le domaine de la recherche en neurosciences. Elle occupe un poste d'ingénieur en biologie au sein d'un institut à but non lucratif, spécialisé dans la recherche sur la maladie d'Alzheimer, pour lequel elle travaille depuis une quinzaine d'années.

En 2011, Lucie découvre Swedish Fit en tant que participante, et totalement conquise par ce concept de « sport santé », elle ne l'a plus jamais quitté. En parallèle de son activité salariale, elle intègre Swedish Fit tout d'abord en tant qu'hôtesse, puis évolue vers l'animation de cours quelques années plus tard. Elle obtient son CQP ALS option AGEE en 2018, puis se forme à l'activité Core l'année suivante.

Souhaitant s'investir encore plus, Lucie devient manageuse du 14^e arrondissement parisien, et encadre ainsi une équipe de 30 personnes.

Plus récemment elle rejoint le Pôle Formation en tant qu'évaluatrice et formatrice, afin d'accompagner et de transmettre ses connaissances et sa passion aux futurs animateurs.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



PAUL CONORD – FORMATEUR ET EVALUATEUR
SWEDISH FIT

Après plus de 10 ans de carrière dans la communication, Paul souhaite élargir ses compétences et faire de sa passion pour le sport une nouvelle activité professionnelle. Participant chez Swedish Fit depuis 2015, adepte de course à pied et de cyclisme, il décide ainsi de se former pour devenir animateur sportif en passant le diplôme du CQP ALS AGEE. Dans ce cadre, il rejoint Swedish Fit d'abord en tant que stagiaire puis en tant qu'animateur confirmé. Son parcours au sein de la structure passe par des formations complémentaires lui permettant rapidement de se spécialiser sur différentes activités, notamment le Core et l'Intensif.

Fin 2017, il a l'opportunité de mêler ses compétences professionnelles et le sport, en partant s'installer à Londres où il se consacre entièrement, jusqu'en 2020, au projet de développement de la marque localement.

Sa volonté de recentrer sa profession sur l'humain et le bien-être, le décide à se former également à la Sophrologie. Il obtient ainsi son diplôme de sophrologue professionnel (titre RNCP) en 2021. Il ouvre son cabinet dans la foulée et lance la pratique en séances collectives chez Swedish Fit en 2022.

Fort de son expérience et de ces différents outils, Paul rejoint l'équipe formation début 2023 pour accompagner l'intégration et l'évolution des animateurs et animatrices chez Swedish Fit.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



CLAIRE GUIHENEUF – FORMATRICE ET
EVALUATRICE SWEDISH FIT

Initialement productrice de publicité, Claire a évolué pendant 15 ans dans le milieu audiovisuel. C'est la maternité qui lui fera quitter ce milieu, pour se reconverter dans le secteur du fitness et du bien-être, avant de finalement rejoindre le siège de Swedish Fit. Programmatrice des cours en Île de France, des tournages pour la plateforme de cours en ligne, et programmatrice des actions de formation continue, Claire occupe un poste « pivot » chez Swedish Fit.

Plutôt dans la catégorie « pas sportive », c'est en 2010 qu'elle découvre le concept Swedish Fit, et devient assez rapidement hôtesse d'accueil. En prenant conscience de ses capacités physiques jusqu'ici inconnue, elle se met à la course à pied ainsi qu'à l'escalade en salle.

Formée à l'animation en 2013, elle passe son CQP ALS option AGEE en 2016 et enchaîne plusieurs formations sur différentes activités Swedish Fit. Elle anime aujourd'hui 4 activités différentes, dont une activité bien-être axée sur la relaxation, encore en développement.

Membre du Pôle Formation depuis début 2023, Claire évalue les animateurs, intervient en formation Swedish Fit et participe au recrutement des futurs animateurs ainsi qu'à la création des contenus de formation.



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



CELINE MORIM – FORMATRICE ET EVALUATRICE
SWEDISH FIT

Rien ne prédestinait Céline à se professionnaliser dans le milieu sportif... Après un cursus scolaire classique, elle intègre une Classe Préparatoire puis une Grande Ecole de Commerce où elle se spécialise en marketing. Ses stages et expériences professionnelles l'amènent à évoluer au sein de maisons prestigieuses pour lesquelles elle travaille à mettre en scène les points de vente, en collaborant notamment avec des designers et des architectes.

Jusqu'en 2015, à part les cours d'EPS obligatoires au lycée, elle ne pratique aucune activité sportive... C'est pour faire plaisir à l'une de ses amies qu'elle l'accompagne à un cours de Gym Suédoise. A sa grande surprise, l'expérience lui plaît et elle continue à y aller régulièrement. Sa pratique s'intensifie, elle explore la large palette d'activités offerte par Swedish Fit, se met au running et teste plusieurs autres disciplines (boxe, aqua biking, yoga aérien, Fit Ballet etc...). Le sport lui est désormais devenu essentiel !

Participante (très) assidue des cours Swedish Fit, on lui propose de passer les sélections pour devenir animatrice, mais dans un premier temps, elle préfère s'impliquer dans la structure en tant qu'hôtesse. Ce n'est qu'en 2019 qu'elle ose passer le pas pour animer des cours. Rapidement après l'obtention de son CQP, elle se forme au yoga Vinyasa, puis au Yoga pré-postnatal Méthode de Gasquet pendant sa première grossesse. Ces différentes activités sportives lui permettent de trouver un équilibre avec son métier de bureau et son rôle de maman. Animatrice passionnée, Céline a souhaité aller encore plus loin dans son implication chez Swedish Fit et a suivi en 2023 la formation lui permettant d'accompagner les animateurs dans leur parcours et la création de leurs programmes.



SWEDISH FIT

PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

JUIN 2025



JEREMIE ROSANVALLON - FORMATEUR ET
EVALUATEUR SWEDISH FIT

Docteur en sociologie, Jérémie Rosanvallon a travaillé pendant 10 ans dans la recherche universitaire. Parallèlement à cette activité, il pratique la course à pied et le cyclisme de façon chevronnée. Il rejoint la structure Swedish Fit dès 2006 et anime des séances visant autant les débutants que les plus sportifs. Il a été président d'une des associations locales pendant 4 ans. Il s'intéresse alors de près au développement local des activités sportives.

Passionné par l'analyse des composantes physiologiques et anatomiques du sport qu'il découvre en devenant animateur, il passe le diplôme du CQP ALS AGEE, puis en 2014, il décide d'aller plus loin et de quitter le monde de la recherche pour réaliser des études de kinésithérapie. Il intègre l'École de Kinésithérapie de Paris (ADERF) en 2015, ce qui lui permet d'enrichir son approche de l'activité physique avec des enseignements permettant comprendre comment préserver la santé de chacun dans sa pratique sportive.

Membre de l'équipe formation Swedish Fit, il participe à l'évaluation des programmes des animateurs et aux différentes formations proposées (anatomie, physiologie, coaching personnalisé).



PRESENTATION DES INTERVENANTS FORMATION

MARS 2024



AURELIE SORBE – FORMATRICE ET
EVALUATRICE SWEDISH FIT

Aurélié suit un parcours universitaire initial dans la santé (médecine, épidémiologie, pharmacovigilance). En parallèle, elle pratique le théâtre, la danse classique et contemporaine ainsi que la course à pied. Elle découvre et adhère rapidement au concept Swedish fit à Paris et devient animatrice en 2014. Elle obtient par la suite son diplôme CQP ALS option AGEE en 2016.

Elle continue à diversifier ses activités professionnelles en travaillant dans la rédaction web, le service client, le massage bien-être (diplômée de l'école Azenday), le cinéma, la réalisation et le montage audiovisuels. Elle développe aujourd'hui différents podcasts et scénarios.

Depuis 2023, elle fait partie de l'équipe Formation de Swedish Fit et intervient lors des sélections, évaluations et formations des animateur·ice·s. Elle s'occupe également des cours mis en ligne pour l'offre Swedish fit studio (cours en ligne en vidéo).

