

Amandine GOFFINET-BADRE  
39 rue Pré-Gaudry  
69007 Lyon  
07.50.94.78.53  
amandine.goffinet@ednh.fr

**Objet** : Lettre de candidature à un stage d'approfondissement en diététique

Madame, Monsieur,

Etant diététicienne depuis peu et passant en 3<sup>ème</sup> année de Bachelor en Diététique et Nutrition Humaine et Sportive, je prends contact avec vous pour exercer un stage dans votre structure du 11 Avril 2022 au 26 Aout 2022.

En effet, je souhaite devenir diététicienne-nutritionniste spécialisée dans le sport depuis plusieurs années. La spécialisation dans le sport m'intéresse depuis longtemps, mais l'expérience qui m'a affirmée que ce métier était vraiment celui que je voulais exercer, a été le stage de cinq semaines auprès de footballeurs professionnels. J'ai beaucoup appris au contact des joueurs, du préparateur physique et du coach, mais également avec les feedbacks, qui m'ont permis de me perfectionner que ce soit à travers les différents ateliers ou les prises en charge individuelle.

Je suis quelqu'un de curieuse, mais également polyvalente, que ce soit dans mes pratiques sportives, dans le suivi de différents publics (enfants, adultes...). De plus, ma ténacité est également une de mes qualités : je pratiquais à haut niveau le tir à l'arc et cela demande des exigences, une certaine remise en question dans la victoire comme dans la défaite.

Enfin, ce stage me permettra d'approfondir mes connaissances nutritionnelles auprès de sportifs. Pour cela, j'aurais pour projet d'intégrer la nutrition auprès des sportifs pour comprendre l'importance de cette dernière, notamment dans l'augmentation des performances, mais aussi dans le bien-être personnel. Pour cela, je mettrai en place des ateliers nutritionnels sur différents thèmes (alimentation le jour d'un match, la boisson de l'effort, la gestion des blessures par l'alimentation...) sous forme de diapositives, de quiz ou encore de fiches. Mais également des entretiens individuels avec vos joueurs pour différents objectifs (perte de masse grasse, prise de masse musculaire, maintien de poids...) et permettre un suivi régulier pour atteindre les objectifs fixés.

Dans l'attente de votre réponse, veuillez recevoir, Madame, Monsieur, mes salutations distinguées.

Cordialement,

Amandine Goffinet.