

Charlotte Mouchet

Athlète internationale

Demi-Fond

■ *Brive-la-Gaillarde* ■



© Geoffrey Meuli

charlottemouchet@hotmail.fr

+33 6 67 37 96 03

Sommaire :



Mon histoire



Mes disciplines



Mon équipe



Mon palmarès



Mes objectifs



Ma planification



Partage de valeurs et visibilité



Partenaires présents



Moyens de la réalisation de la performance



Le mécénat



Mon histoire

Mon histoire

Repérée sportivement au collège, je commence l'athlétisme à l'âge de 16 ans. Je rejoins Toulouse en sport étude.

[2011
2016]

Avec un **profil athlétique diversifié**, je me spécialise sur le 800m. Premières distinctions internationales.

Par envie de professionnalisme, je rejoins ma **coach Patricia Djaté** à Bordeaux où je vais créer un staff pour m'accompagner dans un projet de performance.

[2016
2020]

Double projet en validant un DUT et une Licence en ingénierie mécanique spécialisation Génie civil. Ma construction et progression athlétique continue.

Année covid, sportivement difficile, je quitte Bordeaux par besoin de renouveau. J'élabore mes plans d'entraînements et compétitions à part égale avec mon entraîneur.

[2020
2021]

Je voyage aux côtés d'athlètes internationaux, retrouve la **passion** de la course, me consacre au **pacing** et débute la **1500m** en devenant **vice championne de France**.

Je commence l'année scolaire en tant que professeure, joue au football en R1-F, puis rejoins un groupe international en Espagne.

[2022]

Suite à ma collaboration Espagnol, du soutien financier de mon club, le **CA Montreuil**, j'effectue divers stages à l'étranger, ma progression s'accélère, je deviens **championne de France Elite du 1500m**.

De retour à **Brive-la-Gaillarde** pour concrétiser un projet immobilier, je reprend une activité professionnelle par besoin intellectuel et financier, et recréer un staff qui m'accompagnera.

[2022
2023]

Médaillée au **championnat d'Europe** de cross country en relais mixte, **vice championne de France** du 1500m et 11eme au **championnat du monde** de mile sur route.

Aujourd'hui athlète à plein, j'exerce ma passion comme mon métier. Auto entrepreneuse, je représente l'équipementier sportif HOKA Europe ainsi que les entreprises françaises et les entreprises Gaillardes qui me soutiennent dans mon projet sportif à la conquête de l'ultra performance.

[2024+]



Mes disciplines

Mes disciplines

800m

1500m

Cross Country

Lieure

2'01'72
(24km/h)

4'07'47
(22km/h)

Cross court et relais
(1500m à 5km)

Donneuse d'allure
en compétitions
internationales



Lière en meeting international

Mes disciplines

Donneuse d'allure dans les plus grands meeting du monde

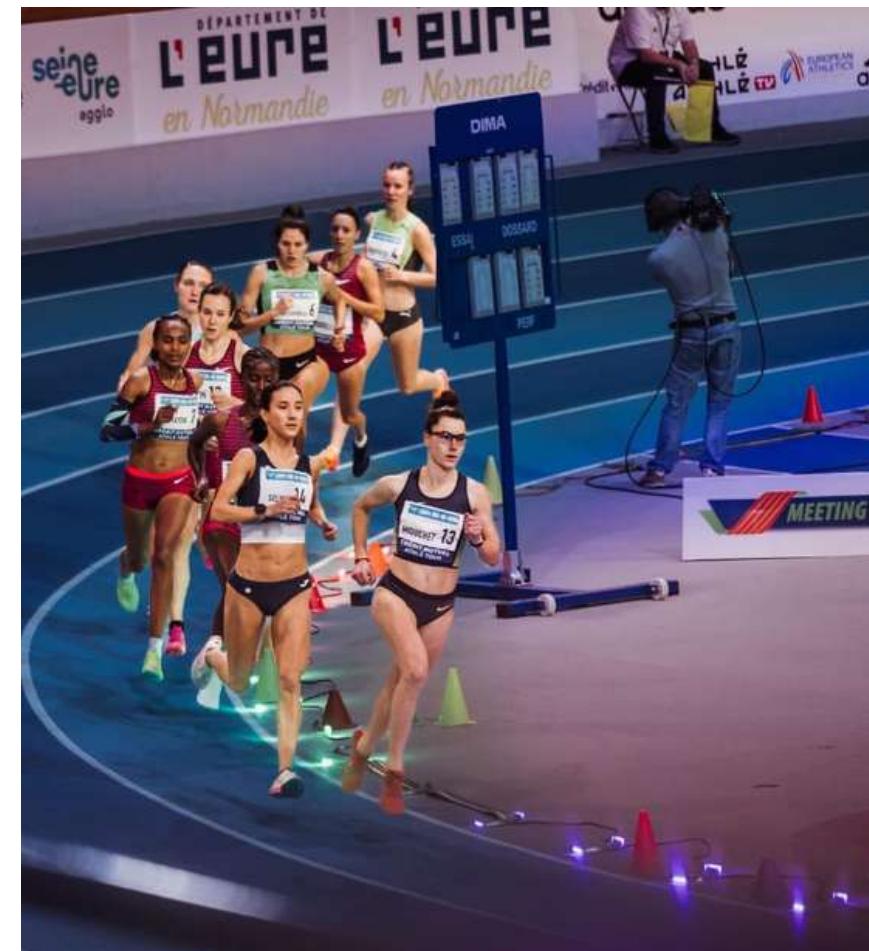
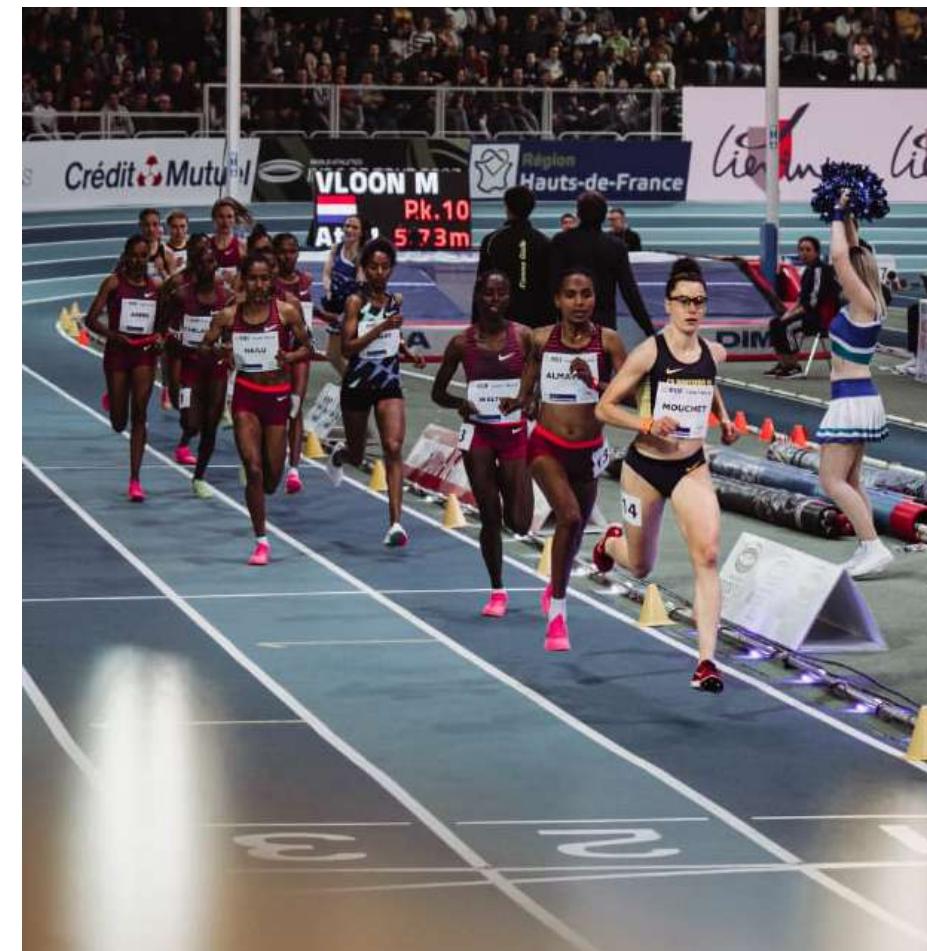
Mettre sa performance au service de la réussite des autres.

💎 Wanda Diamond league 💎

🥇 World continental Golden Tour 🥇

🥈 World continental Silver Tour 🥈

🥉 World continental Bronze Tour 🥉



Mon palmarès

Mon palmarès



International



🥈 Championnat d'Europe de cross junior (BUL) 🥈

🥉 Championnat d'Europe de cross relais mixte (ITA) 🥉

11eme - Championnat du monde sur route (LTA) - 2023

Finaliste championnat du monde cross relais mixte (SER) - 2024

Finaliste championnat du monde universitaire (ITA) - 2019

Finaliste championnat méditerranéen Espoir (ITA) - 2018

Finaliste championnat d'Europe Espoir (POL) - 2017

Championnat du monde junior (USA) - 2014

Finaliste championnat du monde scolaire (BRA) - 2014



National



🥇 Championnat de France Elite 🥇
2022 outdoor - 1500m

🥈 Championnat de France Elite 🥈
2024 indoor - 1500m
2023 outdoor - 1500m
2021 outdoor - 1500m
2017 indoor - 800m
2015 indoor - 800m

🥉 Championnat de France Elite 🥉
2021 outdoor - 800m
2019 indoor - 800m



🇫🇷 Record de France Junior indoor 800m 🇫🇷

Mes objectifs

Mes objectifs

Événements internationaux 2024 :

- Championnat d'Europe de cross relais mixte (BEL)
- Championnat d'Europe sur piste (ITA)
- **Jeux Olympiques de Paris**

PARIS 2024

Records et performances :

- Record de France du 1000m, Miles indoor et route
- Performances internationales
- Maintenir un ranking européen et mondiale



Ma planification 2023-2024



Septembre – décembre

Préparation hivernale

Stage en altitude :

- Volume kilométrique
- Condition climatique

 Font-Romeu / Portugal

Janvier - mars

Saison hivernale

Compétitions :

- Cross relais Europe
- Salle

Avril - mai

Préparation estivale

Stage en moyenne altitude :

- Condition climatique
- Travail de qualité

 Afrique du sud / USA

Juin - août

Saison estivale

Compétitions piste préparatoire :

- Piste Europe
- Piste Jeux Olympiques

Partage de valeurs et visibilité

Presse :

Locale et nationale

LA DEPECHE

LA MONTAGNE

ATHLÈ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

L'ÉQUIPE

Retransmission :

TF1 • 3 régions

L'ÉQUIPE 21

ATHLÈ TV

You Tube
LIVESTREAM

Réseaux :

@Mouchet_cha

@Mouchet Charlotte

@Mouchet Charlotte



Interventions en entreprises

Participation à des événements, partages de valeurs et d'image du sport, conseils, témoignages, présentation du haut niveau, communication...

Partenaires présents

Brive-la-Gaillarde (19)

France



Amedia solutions



RUNNING TRAIL FITNESS



la phyto a du sens

Vermenton (89)

Île-de-France

Lot (46)

Malemort (19)

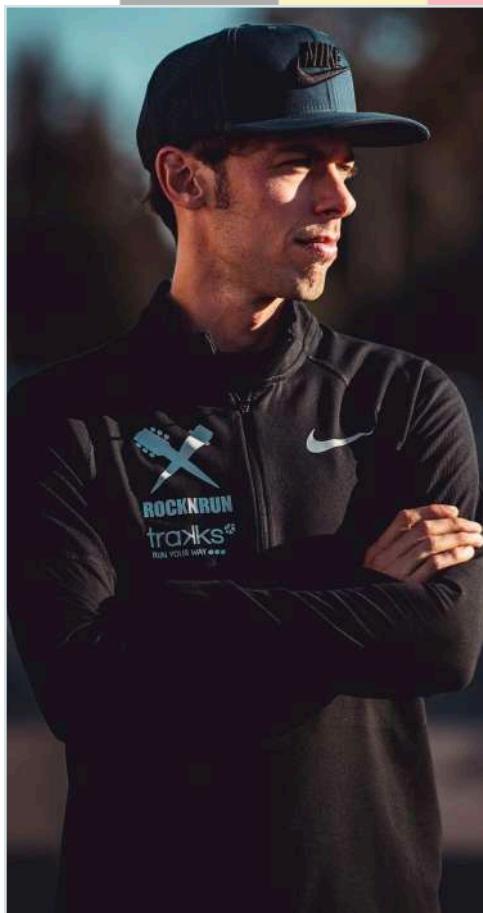


Europe



Mon équipe Mon équipe

BELGIUM



Entraîneur
Thomas Vandormael



Équipe médicale
Dr Couder
Kine R. Monteil - B. Dubois



Psychologue du sport
D. Hauw

BORDEAUX



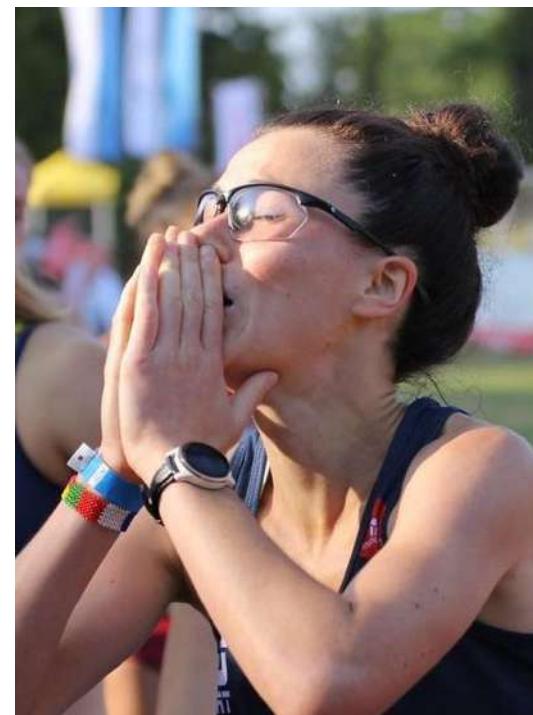
Équipe médicale
Podologue A. Sachot -
Ostéopathe J. Loubrie
Kiné M. Chassaigne - S. Mendez



*S'entraîner, se dépasser, rêver, douter, tomber, se relever, **repousser ses limites**, rechercher la perfection, se remettre en question, trouver des solutions, progresser, performer. Tel est mon quotidien depuis des années.*

*C'est avec une foulée pleine de passion, affutée par le **travail** et l'**expérience** que je peux avancer et engager une préparation optimale pour continuer dans cette quête aux **performances internationales**.*

Partageons ses valeurs, cette image du sport, et du sport féminin. Apportons l'envie de rêver, qui n'appartient pas qu'aux enfants. Rejoignez nous pour entrer dans la danse des émotions incroyables du sport.



Moyens de la réalisation de la performance

Moyens de la réalisation de la performance

Augmentation du volume d'entraînement

 Se professionnaliser :
Arrêt de travail, vivre de sa passion

Développer la qualité de l'entraînement

 Coût des stages :
Partage, confrontation, travail en altitude, conditions climatiques.

 Frais des infrastructures :
Salle de musculation, piscine, pistes

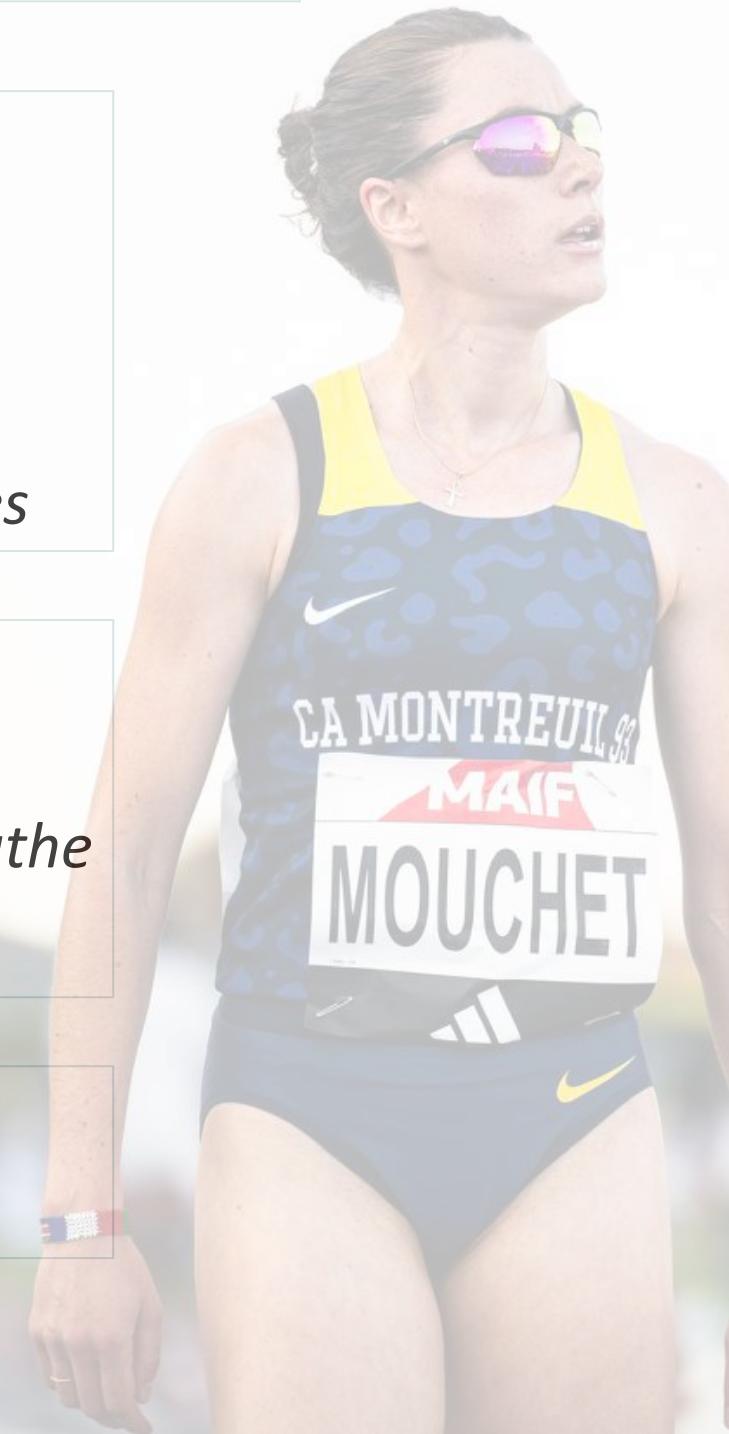
Phases d'optimisation et récupération

 Coût des acteurs du staff :
Préparation mentale, physique, diététique, kinésithérapie, ostéopathe

 Cellule de récupération

Progresser par la densité

 Déplacement compétitions :
Confrontation internationale



Moyens de la réalisation de la performance

Moyens de la réalisation de la performance

Augmentation du volume d'entraînement



Arrêt de ma principale activité salariale :
(-)1.300 euros / mois

Développer la qualité de l'entraînement



Stages en groupe :
6.000 euros



Infrastructures :
1.500 euros

Phases d'optimisation et récupération



Acteurs du staff :
4.000 euros



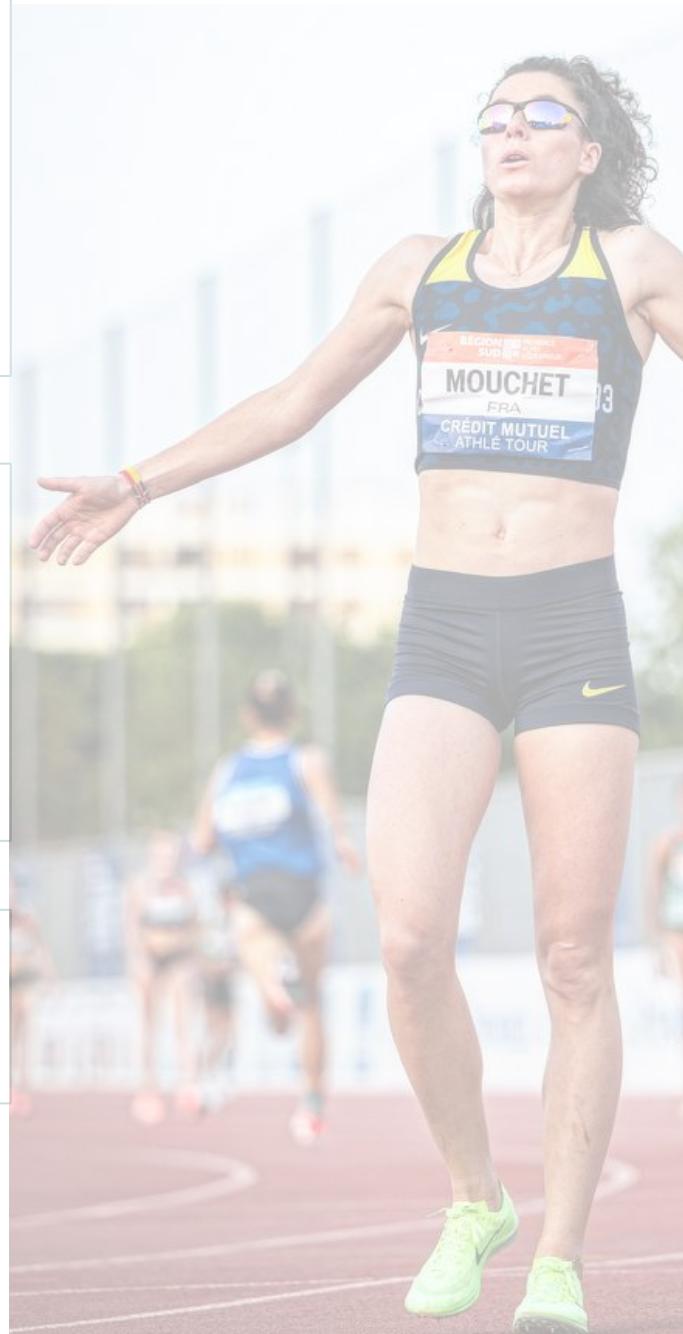
Cellule de récupération :
1.500 euros

Progresser par la densité



Compétitions internationales
2.500 euros

Saison : 18.000 euros



Le mécénat financier et pacte de performance

LES + POUR LE SPORTIF

FINANCIÈREMENT

➔ Aborder les échéances à venir en toute sérénité

MORALEMENT

➔ Créer une nouvelle dynamique humaine autour du projet du sportif

UN PIED DANS L'ENTREPRISE

➔ Une expérience au contact d'une entreprise

PRÉPARER L'APRÈS CARRIÈRE

➔ Organiser son réseau de contacts professionnels

SENTIMENT D'APPARTENANCE

➔ Faire partie d'une équipe

LES + POUR LE MÉCÈNE

RÉDUCTION D'IMPÔTS

60% Sur l'impôt sur les sociétés
(CGI L.238 bis) dans la limite de 20 000 € ou 0,5% du CA.
Report de l'excédent possible sur les 5 exercices suivants.

66% Sur l'impôt sur le revenu
(CGI L.200) dans la limite de 20% du revenu imposable. Report possible sur 5 années suivantes.

75% Sur l'impôt sur la fortune immobilière
(CGI L.978) dans la limite de 50 000€ par an.



C'est le dispositif de la Fondation du Sport Français qui permet d'**accompagner le projet de vie** des **sportifs sur listes ministérielles** éligibles avec le mécénat sportif comme levier de financement.

IMAGE DE MARQUE

➔ Nourrir la marque des valeurs du sport et de celles du sportif

COMMUNICATION INTERNE

➔ Mobiliser et motiver les collaborateurs

RECRUTEMENT

➔ Attirer de nouveaux talents vers l'entreprise

RSE

➔ Incarner une politique RSE et des engagements corporate

