

NOM
ADRESSE
XXXXXX

Tél :
e.mail :

CV

Préparateur de Commande Manutentionnaire

Qualités : Ponctuel, sérieux, dynamique, social, souriant, esprit d'équipe

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- 2011 - 2013 : Préparateur de commandes – Auchan - Paris
Préparateur de commandes de produits alimentaires, Palettisation ; Filmage et Staff
- 2009 –2011 : Agent de Sécurité – PSG - Créteil
Rondes de sécurité, Surveillance des entrées/sorties
- 2006 – 2009: Agent de Quai – UPS – Chilly Mazarin
Déchargement, tri, chargement, scanner
- 2001 – 2005 : Agent Echafaudage – Echafaudage Cadre - Paris
Montage et démontage en sécurité de différents types d'échafaudage
- Agent de Maintenance dans le Bâtiment – Manpower - Massy
Plomberie, Menuiserie, Electricité (Sonorisation, Eclairage,...)
- 1997 – 2000 : Directeur Technique et Entraîneur National de l'Equipe Nationale Angolaise de Karaté – Luanda
- 1991 – 1995 : Championnats de l'Equipe Nationale du Zaïre – Séoul – Barcelone – Atlanta
Entraînement quotidien pour la préparation aux championnats
- 1989 Entraînement de la Police Inter Club de Karaté de l'Angola

FORMATION

Diplôme de Karaté – 4^e Dan (1995) – République démocratique du Congo
Baccalauréat – Secteur Pédagogique (1990) – République démocratique du Congo

LANGUES PARLEES

Français - Portugais : Courant
Langues africaines
INFORMATIQUE : Utilisation d'internet et des outils de bureautique

LOISIRS

Karaté : depuis 1974
(7 ans de pratique obligatoire pour obtenir la ceinture noire 1^{ère} Dan, puis 4 ans pour chaque Dan suivante)
Musique, Chant, Marche à pied, Football