

qui suis-je ?



Bonjour à tous

Je suis Jean-Philippe Rousseau , j'ai 48 ans et je vis à Issoudun dans le département de l'Indre. Je suis marié et j'ai 3 enfants adorables .

Professeur d'Education Physique et Sportive depuis déjà plus de 20 ans une envie de créer un blog germa dans mon esprit. Une volonté inconsciente de communiquer toujours et encore plus. Partager le fruit de son expérience, transmettre ses savoirs, communiquer aider.

Internet offre cette possibilité, alors je saisis cet outil de communication.

Je choisis un domaine où mon expérience pourra vous aider. Des réponses à vos questions j'en aurais. Peut être pas toujours, mais mes connaissances en la matière me permettront d'aller chercher des réponses rapidement.

Et puis internet offre également d'autres possibilités: pourquoi ne pas gagner un peu d'argent pour arrondir ses fins de mois dans cette période difficile . C'est pour cela que vous trouverez aussi sur ce blog une boutique avec des produits que vous pourrez vendre aussi et touchez des commissions . boutique

Ce blog est dédié au domaine du sport, du bien être et de la santé .

Vous y trouverez des articles sur :

- le sport: description, classement,découverte
- le sport et activité santé:sports d'endurance,fitness,step,
- les sports de renforcements musculaires
- la perte de poids (pour ou contre les régimes) ou comment équilibrer son alimentation
- le sport et les régimes
- le secourisme (prévention des accidents sportifs, et accidents de tous les jours)

Que ce blog soit un lieu d'échange et de communication .

PS Je suis également moniteur national de secourisme

Jean Philippe