

DIPLÔMES

2004 - Bac S
2006 - AFPS
2007 - BEES tronc commun 1er degré
2018 - DU Nutrition et activités physiques et sportives
2018 - Coach certifié MIHA BODYTEC
2019 - Bachelor en Diététique et Nutrition Sportive à l'EDNH - 1ère année
2020 - Stage de 3 semaines en restauration collective à IBS school of Provence
Stage de 2 semaines en restauration collective à la maternité «L'étoile»
Bachelor en Diététique et Nutrition Sportive à l'EDNH - 2e année
Stage d'approfondissement de 4 semaines au PAUC Handball

PALMARÈS

En clubs

Champion de France (10) :
2005, 2006, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012 (Montpellier Handball)
2013, 2015, 2016 (Paris SG)

Coupe de France (8) :
2005, 2006, 2008, 2009, 2010, 2012 (Montpellier Handball)
2014, 2015 (Paris SG)

Coupe de la Ligue (7) :
2005, 2006, 2007, 2008, 2010, 2011, 2012 (Montpellier Handball)

Trophée des Champions (4) :
2010, 2011 (Montpellier Handball)
2014, 2015, 2016 (Paris SG)

Championnat de France de D2 (1) :
2017 (TFHB)

Au PAUC depuis Janvier 2020

Équipe de France

Médaillé d'or aux Jeux olympiques
2012 de Londres

Champion du monde
2011 en Suède
2015 au Qatar

Champion d'Europe
2014 au Danemark

1ère sélection en Équipe de France le 21 juin 2009 contre la Lettonie
(Qualification Euro 2010)
87 sélections et 194 buts marqués (au 30 avril 2017)



« La nutrition est pour moi un réel moyen de prévention, un outil essentiel à la performance mais surtout à la santé et au bien être. »

HONRUBIA

Samuel

05 juillet 1986

CONTACT



0664511342



honrubia.samuel@ednh.fr



215 avenue Jacques
de Régis
13540 Puyricard

INTERETS

- Sport
- Nutrition
- Biologie
- Cinéma