



# Coaching Sportif Holistique 2.0

Coach sportive depuis 2017, je me suis formée au fil des années pour me spécialiser dans les approches sport santé, techniques douces et deux autres dimensions extrêmement importantes pour la santé : le mental et l'alimentation. Après plusieurs années en tant que professeur de Fitness en salles de Remise en Forme, j'ai décidé en 2021 de me consacrer à 100% à mon activité de coaching individuel avec une approche bien spécifique de l'être humain. Mon objectif est simple : je souhaite développer le coaching sportif holistique en ligne, afin de pouvoir aider le plus de monde possible à bénéficier de cette approche qui considère l'être humain dans sa globalité. Grâce à cette approche, les résultats sont rapides et bluffants ! Ma mission est d'aider les personnes ayant une vie qui les tirelle dans tous les sens (pression au travail, changement de vie), se sentant perdre pied et sentant le corps tirer la sonnette d'alerte, à se (re)mettre à la pratique d'une activité physique entièrement adaptée à leurs besoins et objectifs de forme dans le but de se recentrer sur elles, de retrouver la forme, de prévenir l'installation de problèmes de santé chroniques grâce au

PARTICIPEZ À LA CAGNOTTE :

<https://www.onparticipe.fr/c/QwSDIjYY>



*Scannez-moi !*



Cette cagnotte vous est proposée par :

**Amadis**