

# Quand on manque de motivation pour le sport : faire appel au coach sportif

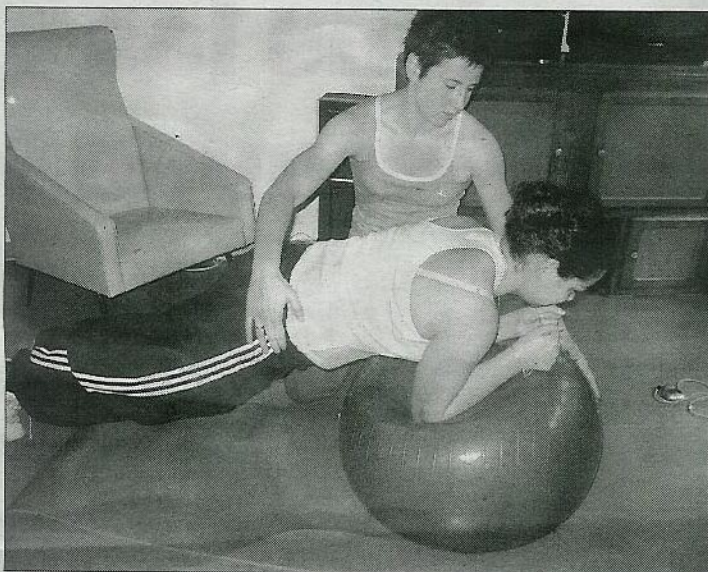
**Marie Visinali a décidé de se lancer dans le coaching sportif et propose des cours à domicile personnalisés et en entreprise, sept jours sur sept, de 6 h à 23 heures.**

Titulaire d'une maîtrise en STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives) et d'un brevet d'état d'athlète,

Marie Visinali a décidé de lancer son entreprise de coaching personnel qu'elle a appelé Svel'forme. Celle qui a déjà participé à une compétition d'heptathlon précise : « *C'est une grande fierté pour moi, ça représente un véritable dépassement de soi...* » Pour sa nouvelle activité, elle a démarché des professionnels et multiplie les partenariats avec un institut de beauté, un kinésithérapeute, et même un diététicien.

L'athlète veut créer un rapport personnalisé avec ses élèves : « *Je souhaite que chacun se sente unique et qu'en fonction des attentes, il reçoive les meilleurs conseils possibles* » explique-t-elle.

En parallèle, Marie Visinali est professeur d'éducation physique et sportive dans deux centres de formation pour apprentis, à Wattignies et Valenciennes. La jeune femme est également éducatrice sportive à la Maison de la jeunesse du Plouich de Marcq-en-Barœul. En tant que coach, elle destine ses cours à des particuliers, y compris les seniors, mais aussi à des entreprises ou à des sportifs licenciés qui souhaitent améliorer leurs performances. Svel'forme propose de faire un premier bilan gratuit afin de déterminer les besoins de chacun, un suivi personnalisé, une orientation vers les différents partenaires et même des soirées découverte pour les amis curieux de découvrir l'activité. Un large choix d'activités physiques est au programme : entraînement cardiovasculaire, marche, jogging, renforcement musculaire, stretching. De quoi perdre tous les kilos en trop ! ■ K. NEFNAF (CLP)



Marie Visinali est professeur d'EPS et éducatrice sportive à la Maison de la jeunesse du Plouich.

► Contact : Marie Visinali :  
 ☎ 06 63 14 13 32 ; [www.svelforme.com](http://www.svelforme.com)