

# coach plus

## SPORT EXPERIENCE

COACHPLUS.FR



NO TO RACISM  
RESPECT  
FAIR-PLAY

ENSEMBLE  
TOGETHER  
齐聚

提高运动成绩

SPORT

# PERFORMANCE

# SPORT PERFORMANCE

## 提高运动成绩

无论是业余或专业运动员，Coach Plus 一直伴您左右，以达到您的运动目标...在饮食专家，运动

“运动成绩体现的是某个个体在其发展的特定时刻的最大可能性”。

运动成绩可以用排名，距离，时间或结果的形式表达出来，最常见的是在竞技中。

Coach Plus分析您的优势和劣势，以帮助您取得进步。我们的培训计划会针对不同竞赛选择不同的方式。对运动员进行个性化监控，以便与我们的专家一起提高运动员能力。

>团队运动：足球，橄榄球，手球

>个体运动：运动挑战（跑步，铁人赛，锦标赛）

### 竞技方面

Coach Plus可以帮助改善协调性，速度，爆发力，灵活性，力量和耐力等各种特性。

### 心理方面

Coach Plus 可以为教练，工作人员和运动员寻找并完善一套心理辅导方面的技能指导。

### 技术和策略

Coach Plus在视频的帮助下分析您的手势，姿势，以确定改进的轴心，并使用工具创建对应的培训课程以提高竞争力，我们会为您提供策略指导从而使训练更加有效。

如有需要,随时联系,Coach Sport学院会为您竭诚服务。

**coach plus**

+33 (0)6 88 33 33 05  
contact@coachplus.fr  
www.coachplus.fr

