



SPORT SANS FRONTIÈRES

Je suis honoré de présenter mon nouveau projet Sport sans frontières.

Quel est ce projet ? C'est donner l'occasion de pratiquer l'athlétisme à des hommes, des femmes et des enfants issus des milieux des migrants, des sans-papier, des réfugiés et des personnes en situation difficile.

En tant qu'athlète, coach et consultant dans le domaine du sport, j'ai eu l'idée de créer le projet sportif Sport sans frontières avec un programme pédagogique pour débutants. Il s'articule autour de la formule « Bouger – S'amuser – Apprendre ».

La richesse du projet réside dans la progressivité des objectifs en fonction de l'âge, du niveau et des besoins physiologiques.

Au coeur de ce nouveau projet, on recherche bien sûr la progression des performances physiques et mentales à l'aide d'un programme d'entraînement pour débutants.

L'entraînement de ces futurs athlètes a pour but de les faire participer à différentes manifestations sportives comme les 20 KM de Bruxelles - Brussels Ekiden - Semi-marathon de Bruxelles 5 - 10 KM

Sport sans frontières se développe en partenariat avec l'association DoucheFLUX et son président Laurent d'Ursel. Notre objectif est de donner la priorité à la santé et au bien-être dans la région de Bruxelles-capitale et de favoriser la pratique du sport tout au long de la vie.

Faical El Ouasrhiri

Fondateur du projet Sport sans Frontières

Athlète spécialisé 5km

Coach à DoucheFLUX

<http://www.sportsansfrontieres.be>

