

Proposition de sujet de Mémoire/Stage
Master Recherche Sciences du Sport et de l'Activité Physique

Nom du (des) Directeur(s) de mémoire : Murielle Garcin

E-mail de la personne à contacter : murielle.garcin@univ-lille.fr

Unité, Equipe ou département de recherche de rattachement : SCALab, UMR CNRS 9193

Université de rattachement : Université de Lille

Année de master concernée (M1 ou M2 ou M1/M2) : M2

TITRE du Projet de Recherche : Effets d'un programme de coaching physique, nutritionnel et mental sur la santé, le bien-être et la condition physique.

Problématique :

La prise en charge pluridisciplinaire est une méthode de traitement dans le domaine médical qui repose sur la collaboration de divers professionnels de santé pour offrir un soin plus complet et intégré au patient (Korylchuk et al, 2024). Le monde du fitness qui s'occupait jusqu'à présent principalement du développement de la condition physique commence à s'emparer de cette méthode. Elle se décline dans le secteur du personal trainer par un accompagnement personnalisé pluridisciplinaire de la personne. Cependant, l'efficacité de cette méthode n'a pas encore été prouvée scientifiquement.

Aussi, le but de cette étude est de démontrer l'efficacité de cet accompagnement personnalisé pluridisciplinaire, et plus particulièrement de la méthode My Coach by Ginkgo sur la santé, le bien-être et la condition physique de ses adhérents.

Autres renseignements si nécessaire : Stage rémunéré.