



كوتش ايمان

مدرية لياقة بدنية وبطلة رياضية

لبناني - الإمارات العربية المتحدة

اقرأ المزيد

من هي كوتش ايمان

إيمان صوفي، مدربة لبنانية متخصصة في اللياقة البدنية وتشكيل الجسم، وتتخذ من دبي، الإمارات العربية المتحدة، مقراً لها. اكتسبت شهرة واسعة كواحدة من أبرز الأسماء في مجال تدريب السيدات على المستويين الشخصي والإلكتروني. تركز في برامجها التدريبية على تمكين المرأة من خلال الرياضة، وتقديم استشارات متخصصة في التغذية وتصميم برامج التمارين التي تتناسب مع الأهداف الفردية لكل متدربة. بالإضافة إلى التدريب الشخصي، تعتبر إيمان خبيرة في تدريب الـ "Posing"، وهو فن استعراض العضلات والوقوف الصحيح في بطولات كمال الأجسام، مما يجعلها مرجعاً للمحترفات والهواة على حد سواء. تدير أعمالها التدريبية بشكل أساسي عبر الإنترنت، مستفيدة من منصات التواصل الاجتماعي مثل انستغرام وتيك توك للتواصل مع قاعدة واسعة من المتابعات وتقديم محتوى تحفيزي وتعليمي يغطي جوانب متعددة من اللياقة والصحة. ظهرت إيمان في برامج تلفزيونية، مثل إطلالتها في برنامج "صباح الشرقية"، للحديث عن خبراتها في مجال التدريب الرياضي.

إنجازات كوتش ايمان

حققت إيمان صوفي مكانة مرموقة كبطلة رياضية في مجال اللياقة البدنية وكمال الأجسام، حيث تشير إلى نفسها كبطلة معتمدة من الاتحاد الدولي لكمال الأجسام واللياقة البدنية (IFBB). هذا التصنيف يسלט الضوء على وصولها إلى مستوى عالٍ من الإنجاز والتميز في هذه الرياضة التنافسية. نجحت في بناء علامة تجارية شخصية قوية كمدربة لياقة بدنية مؤثرة في دولة الإمارات والشرق الأوسط. من خلال تدريبها عبر الإنترنت، تمكنت من مساعدة عدد كبير من السيدات على تحقيق أهدافهن في اللياقة البدنية وتغيير أسلوب حياتهن، مما أكسبها سمعة كمدربة موثوقة ومتخصصة في تحولات الجسم.