

# Rencontre Web



SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE PSYCHOLOGIE DU SPORT

## Dimension éthique et accompagnement en préparation mentale: Notions théoriques et pratiques

23 Janvier  
18H



**Loubna Freih**



Suivre la rencontre sur ZOOM <https://us02web.zoom.us/j/83575532764>

# Rencontre Web



## SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE PSYCHOLOGIE DU SPORT

### Résumé :

Basée à Verbier dans les Alpes Loubna opère en suisse Romande ainsi qu'à Monaco. Loubna suit des athlètes adolescents et jeunes adultes en ski alpin et freeride, en triathlon et cyclisme, y compris dans le milieu professionnel, ainsi qu'en athlétisme. Depuis plus d'une année elle suit une triathlète élite qui se qualifie de neurodivergente.

Loubna est également chargée de la préparation mentale au sein de la relève de Swiss Sailing qui compte une quarantaine de jeunes de 12 à 18 ans. Quatre fois par année les jeunes se réunissent au Centre de National Performance au sein de l'Université de Lausanne.

Loubna est également une sportive d'élite ; elle pratique plusieurs sports d'endurance notamment le triathlon longue distance et le ski alpinisme. Elle est championne du monde d'Ironman 2024 ayant gagné dans sa catégorie d'âge 55-59 ans à Nice. Elle a complété 8 Ironman et s'est qualifiée quatre fois pour les championnats du monde d'Ironman de 2021 à 2024, y compris à Kona, Hawaii. Elle est qualifiée pour les prochains Championnats du monde à Hawaii en octobre 2025. Elle a également concouru sur la distance 70.3, y compris lors des championnats du monde à Lahti en Finlande en août 2023.



## Loubna Freih

### Biographie :

Loubna Freih est préparatrice mentale pour athlètes en Suisse Romande depuis 2022 après avoir obtenu son diplôme (certificate of advanced studies) de l'Université de Lausanne/EPFL à Lausanne. Elle est également diplômée de l'Université d'Harvard aux Etats Unis en Science Politique (1999) et de l'Université de New York en journalisme (1995).

Suivre la rencontre sur ZOOM <https://us02web.zoom.us/j/83575532764>