گزارش خبر
NEWSREPORT

کد خبر: ۵۳۵۳۹۱
چهارشنبه ۲۱ مرداد ۱۴۰۵ ۱۰:۰۵

منصوره حسنی دکترای فیزیولوژی ورزش، مدیریت آکادمی:

آرشیدا؛ خلق سبک زندگی سالم برای بانوان

دکتر منصوره حسنی، مدیر آکادمی تناسب اندام آرشیدا، نمونه‌ای از مدیرانی است که مسیر حرفه‌ای خود را بر پایه پیوند دانش تخصصی، تجربه عملی و علاقه عمیق به حوزه سلامت و ورزش بنا کرده است. او که تحصیلات خود را در رشته تربیت بدنی آغاز کرده و تا مقطع دکترای تخصصی فیزیولوژی ورزشی ادامه داده، امروز با مدیریت یک مجموعه تخصصی در حوزه سلامت بانوان، تلاش می‌کند ورزش را از یک فعالیت صرفاً جسمانی به یک سبک زندگی علمی و پایدار تبدیل نماید. وی در گفت‌وگوی اختصاصی با شبکه خبری مدیران نابغه، از مسیر ورود خود به عرصه ورزش، فلسفه مدیریتی، فعالیت‌های آکادمی آرشیدا، اهمیت تلفیق علم و عمل و تجربه مدیریت در دوران کرونا سخن گفته است.

به گزارش شبکه خبری مدیران نابغه، دکتر منصوره حسنی مسیر فعالیت حرفه‌ای خود را از علاقه‌ای عمیق به ورزش آغاز کرده است؛ علاقه‌ای که در کنار تأثیر خانواده و به‌ویژه مادرش که خود مربی ورزش بوده، زمینه ورود او به این حوزه را فراهم نموده است.

وی، در خصوص آغاز این مسیر می‌گوید: عشق و علاقه به ورزش، در کنار احساس نیاز به علمی‌تر شدن این حوزه، باعث شد وارد مسیر دانشگاهی شوم. تحصیلاتم را با کارشناسی تربیت بدنی آغاز کردم، سپس در مقطع کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی و تغذیه ادامه دادم و در نهایت موفق به دریافت دکترای تخصصی فیزیولوژی ورزش شدم.

دکتر حسنی تأکید می‌کند که فعالیت حرفه‌ای در حوزه ورزش زمانی اثربخش خواهد بود که دانش علمی در کنار تجربه اجرایی قرار گیرد و مدیر بتواند این دو بخش را به شکلی هماهنگ در خدمت سلامت جامعه قرار دهد.

آکادمی آرشیدا؛ پیوند سلامت بانوان و آموزش تخصصی

مدیر آکادمی آرشیدا این مجموعه را بخش مهمی از زندگی حرفه‌ای خود می‌داند و معتقد است موفقیت یک مجموعه ورزشی، حاصل کار تیمی، تخصص نیروها و ایجاد محیطی هدفمند برای مخاطبان است.

وی می‌افزاید: آکادمی آرشیدا برای من خانه دوم و حتی گاهی خانه اول است؛ چراکه بیشترین زمان خود را در آنجا سپری می‌کنم. تیمی که در کنار من فعالیت می‌کند، مجموعه‌ای قوی و دوست‌داشتنی است که کمک می‌کند مسیر اجرایی مجموعه را بهتر پیش ببریم.

آکادمی آرشیدا در حوزه‌های مختلف ورزشی از جمله بدنسازی، کراس‌فیت، پیلاتس، ایروبیک، ورزش‌های درمانی و برنامه‌های مرتبط با سلامت و تندرستی بانوان فعالیت می‌کند و آموزش‌ها در این مجموعه توسط مربیان تخصصی و آموزش‌دیده ارائه می‌شود.

تغییر سبک زندگی بانوان؛ مهم‌ترین هدف آکادمی آرشیدا

این بانوی نوآور و خلاق معتقد است هدف اصلی یک مجموعه ورزشی نباید تنها ارائه تمرینات فیزیکی باشد، بلکه باید به ارتقای کیفیت زندگی افراد کمک کند. وی در این زمینه می‌گوید: مهم‌ترین چیزی که در این سال‌ها به دست آورده‌ام، تغییر سبک زندگی بانوانی است که به مجموعه ما مراجعه می‌کنند. تلاش من این است که هر فردی که وارد آکادمی می‌شود، از جنبه‌های مختلف تغذیه، روان‌شناسی، تمرینات علمی و در صورت نیاز درمانی، زندگی سالم‌تری را تجربه کند.

او تأکید می‌کند که ورزش زمانی اثرگذار خواهد بود که بتواند فرد را از نظر جسمی، ذهنی و روحی توانمندتر کند و با ایجاد نگرش جدید، زمینه حضور مؤثرتر او در جامعه را فراهم آورد.

احساس رضایت بانوان؛ مهم‌ترین دستاورد یک مجموعه ورزشی

مدیر آکادمی آرشیدا یکی از مهم‌ترین بازخوردهایی که از مراجعه‌کنندگان دریافت کرده را احساس رضایت و حال خوب آنان پس از حضور در مجموعه عنوان می‌کند.

دکتر حسنی می‌گوید: بیشترین تعریفی که از زبان مراجعه‌کنندگان می‌شنویم از حال و احساس خوبی است که در زمان حضور در مجموعه تجربه می کنند. برای من این موضوع بسیار ارزشمند است، زیرا معتقدم وقتی یک زن حال خوبی داشته باشد، خانواده و در نهایت جامعه نیز از این موضوع تأثیر می‌گیرد.

وی ادامه می‌دهد: هدف ما ایجاد محیطی شاد، صمیمی، اما در عین حال علمی و هدفمند است؛ محیطی که هر فرد پس از حضور در آن، با نگرش و سبک زندگی بهتری مجموعه را ترک کند.

خلاقیت مدیریتی در عبور از بحران کرونا

یکی از تجربه‌های مهم مدیریتی دکتر حسنی، دوران همه‌گیری کرونا و تعطیلی فعالیت‌های حضوری مجموعه‌های ورزشی بود؛ دوره‌ای که بسیاری از کسب‌وکارها با چالش‌های جدی مواجه شدند.

او درباره این دوره اظهار می‌کند: در دوران کرونا که مجموعه تعطیل شده بود، تصمیم گرفتیم فعالیت خود را به شکل آنلاین ادامه دهیم. فرم‌های تمرینی طراحی کردیم، مشاوره ارائه دادیم و با امکاناتی که داشتیم، حرکات صحیح ورزشی را ضبط و آماده کردیم تا ارتباطمان با ورزشکاران حفظ شود.

مدیر خلاق و پر تلاش آکادمی آرشیدا معتقد است مهم‌ترین درس آن دوران، حفظ امید و توانایی سازگاری با شرایط جدید بود. وی می‌گوید: شاید شرایط سخت بود، اما احساس قدرت می‌کنم که در آن دوره ناامید نشدیم و توانستیم مجموعه را سرپا نگه داریم.

تأکید بر پیوند علم و عمل در مدیریت ورزشی

این مدیر متعهد در توصیه به مدیران جوان حوزه ورزش، بر ضرورت ترکیب دانش علمی و توانایی اجرایی تأکید دارد و می‌گوید: من همیشه به جوانان توصیه می‌کنم علم و عمل را در کنار هم جدی بگیرند و اجرا کنند. گاهی افراد دانش زیادی دارند، اما نمی‌توانند آن را اجرا کنند. مدرک فقط یک ابزار است؛ هنر مدیریت در این است که فرد بتواند از دانسته‌های خود استفاده کند و آن‌ها را به نتیجه عملی تبدیل کند.

او معتقد است مدیر موفق کسی است که علاوه بر دانش تخصصی، توانایی تصمیم‌گیری، اجرا، کار تیمی و ایجاد تحول را داشته باشد.

قدردانی از خانواده و تیم همراه

دکتر حسنی در بخش دیگر این گفت‌وگو، موفقیت‌های خود را حاصل حمایت خانواده و همراهی تیم کاری خود می‌داند.

وی بیان می کند: پیش از هر چیز از مادرم تشکر می‌کنم که انگیزه ورود به این مسیر را در من ایجاد کرد. همچنین از همسرم که همیشه پشتیبان من بوده و از تیمی که امروز کنار من فعالیت می‌کند، قدردانی می‌کنم؛ زیرا موفقیت بدون کار گروهی امکان‌پذیر نیست.

راه‌های ارتباطی آکادمی آرشیدا

در پایان گفت‌وگو، دکتر منصوره حسنی از علاقه‌مندان به حوزه ورزش و سلامت دعوت می‌کند جهت بهره‌مندی از خدمات تخصصی آکادمی آرشیدا به این مجموعه مراجعه نمایند.

وی با اشاره به فعالیت‌های این آکادمی یادآور می شود: هدف ما این است که هر فردی که وارد مجموعه می‌شود، علاوه بر دریافت آموزش‌های ورزشی تخصصی، تجربه‌ای متفاوت از سلامت، نشاط و تغییر سبک زندگی داشته باشد.

آکادمی تناسب اندام آرشیدا در فردیس، نبش کانال شرقی، طبقه فوقانی بازارچه قائم فعالیت می‌کند و علاقه‌مندان می‌توانند برای آشنایی بیشتر با برنامه‌های آموزشی و خدمات این مجموعه، از طریق صفحه اینستاگرام آکادمی آرشیدا یا جست‌وجوی موقعیت مجموعه در گوگل با این مرکز در ارتباط باشند.