



Communiqué de presse

NT7arko f'dar

MDJS lance une application pour bouger à la maison


La Marocaine Des Jeux et des Sports (MDJS) réaffirme son engagement aux côtés des Marocains pour une pratique sportive régulière et responsable dans le respect des consignes de confinement liées à l'état d'urgence sanitaire.

Le programme Nt7arko s'enrichit d'une nouvelle application mobile de coaching sportif à domicile. Gratuitement disponible sur Android et très prochainement sur IOS, l'application offre plus de 150 exercices à pratiquer à la maison et sans équipements. Une première au Maroc et dans la région.

Des séances conçues et validées par des coachs professionnels permettent à tous les pratiquants d'atteindre plusieurs objectifs : perte de poids, renforcement musculaire, correction de posture, reprise sportive et bien-être.

Sur la base d'un questionnaire succinct et intuitif, l'application Nt7arko permet à chaque utilisateur d'obtenir une recommandation de programme personnalisée, à réaliser n'importe où, en particulier à la maison et en famille, et n'importe quand.

Dans leur pratique, les utilisateurs de Nt7arko ne sont pas seuls. Ils sont accompagnés par l'ambassadeur de Nt7arko, Hicham Masrar, qui réalise l'ensemble des exercices, selon le rythme et les capacités de chacun.



« Le travail sur cette application a démarré il y a plusieurs mois. Vu le contexte actuel, nous avons décidé d'accélérer sa mise en ligne pour permettre à nos concitoyens d'avoir une pratique sportive régulière et responsable sans sortir de chez eux », explique *Younes El Mechrafi*, Directeur Général de la MDJS.

Conçue et développée par W5 Media et Smarteez, l'application sera bientôt enrichie de nouvelles séances et de nouveaux modules dédiés à la nutrition, à l'hydratation et à la santé des sportifs.