



Fransiska Van Acker

Personal Trainer • Groepslesgever • Gezondheidscoach

Over mij

Ik ben een gepassioneerde sportprofessional met meer dan 20 jaar ervaring. Mijn focus ligt op het motiveren van mensen van alle leeftijden en niveaus om zich fitter, sterker en energiever te voelen.

Door mijn jarenlange ervaring in sportbegeleiding, groepslessen en sportorganisatie weet ik hoe belangrijk persoonlijke begeleiding, plezier in bewegen en een positieve mindset zijn. Ik help mensen om hun doelen op een haalbare en duurzame manier te bereiken.

Opleidingen

Bachelor Lichamelijke Opvoeding (Hogeschool Gent – 2000 – 2003)

Sportfunctionaris (Vlaamse Trainersschool – 2004 – 2005)

Pilates Instructeur (Laudius – 2025 – 2026)

Personal Trainer – Fitness Instructeur & Voedingsleer (NHA Afstandsonderwijs – 2026)

Mijn diensten

Groepslessen

- BBB (Buik – Billen – Benen)
- Dance & Move
- Body Work-out
- Step & Body
- Seniorenfitness
- Pilates
- Stepaerobics

Personal Training

- Persoonlijke begeleiding op maat
- Kracht, conditie en mobiliteit
- Gezonde levensstijl en voedingsadvies
- Training aangepast aan jouw niveau en doelen

Gezondheidscoaching

- Begeleiding naar een actievere levensstijl
- Motivatie en mindset coaching
- Praktische tips rond beweging en voeding

Ervaring

Sportfunctionaris – Gemeente Dentergem (2023– heden)

- Organisatie en coördinatie van sportactiviteiten
- Begeleiden van groepslessen voor diverse doelgroepen
- Organiseren van sport- en beweegevenementen
- Promotie van sport en beweging in de gemeente

Diensthofd Sport – Stad Deinze (2022 – 2023)

- Coördinatie van sportpromotie
- Beheer van sportinfrastructuur
- Leiding en organisatie van sportactiviteiten

Sportmonitor – Stad Deinze (2003 – 2022)

- Begeleiding van sportactiviteiten voor kinderen, volwassenen en senioren
- Groepslessen zoals BBB, Body Workout en Step
- Organisatie van sportkampen en sportevenementen

Persoonlijke kwaliteiten

- Motiverend en positief
- Sociaal en mensgericht
- Enthousiast en energiek
- Doorzetter
- Flexibel en stressbestendig