



LEVEL UP ATTITUDE

PROGRAMME NOUVELLE DYNAMIQUE

POURQUOI METTRE EN PLACE UN NOUVEAU MODE DE VIE

- Parce que la vie en mouvement n'a que des avantages :
- Un corps galbé et allégé, des os solides, des gestes souples et détendus, un cœur en bonne santé, une humeur radieuse.
- La bonne nouvelle c'est que passer d'une vie sédentaire à un style de vie actif n'exige pas beaucoup d'efforts et vous apporte tous les bienfaits que vous souhaitez
- Le programme **nouvelle dynamique** vous garanti le succès grâce à un engagement globale et un suivi interactif.
- **3 mois** pour réussir à adopter les **bonnes habitudes** et mettre en place un nouveau mode de vie .
- La solution est simple.... **Du mouvement**

3 MOIS POUR METTRE EN PLACE ET CONFIRMER UN NOUVEAU MODE DE VIE : 16 COACHINGS

- **Premier mois : prendre le rythme**
 - 2 séances par semaines
- **Deuxième mois : prendre goût aux nouvelles habitudes**
 - 1 Séance par semaine
- **Troisième mois : tenir sur le long terme**
 - 2 séances dans le mois



LA SANTÉ ET VOTRE BIEN-ÊTRE N'ATTENDENT PAS

BOUGER NOUS REND FORTS ET EN BONNE SANTÉ, DIMINUE LES RISQUES DES
MALADIES CHRONIQUES TELLES QUE LE DIABÈTE, LES PROBLÈMES
CARDIOVASCULAIRES ET LA DÉPRESSION.

ALORS BOUGEONS PARTOUT ET TOUT LE TEMPS !

CONDITIONS ET TARIFS:

16 COACHINGS RÉPARTIS SUR 3 MOIS
UNE OUT LINE PERMANENTE MOTEUR DE SUCCÈS

EN 2 PAIEMENTS

LEVEL UP ATTITUDE VOUS ACCOMPAGNE PENDANT 12 SEMAINES À MIEUX GÉRER VOTRE
SANTÉ



LEVELUP.ATITUDE@GMAIL.COM