

Marre des régimes

Assez de la frustration et de la culpabilité?

**Vous voulez perdre du poids,
garder la ligne,** manger sans vous priver

**et surtout vous sentir en accord
avec votre corps?**



“Découvrez La «Recette»
des gens naturellement **Minces**”

avec

Jérémie Arnol

Coach de vie perso & pro

Anaëlle Lepage

Diététicienne

8 et 9 juin 2013

De 9h à 12h30
14h à 17h30

**OFFRE
SPECIALE***

119 € au lieu de ~~239 €~~

Informations et Réservations

06 09 44 20 84

*pour toutes réservations avant le 01 juin 2013

Lycée Ste Colombe - 2 rue Henri cavallier - 89100 St Denis les Sens

MAIGRIR POUR DE BON!

90 % des régimes ne fonctionnent pas!

Alors que la plupart des études portent sur les personnes qui ont du mal à perdre du poids et essaient de trouver la manière dont elles réagissent à toute une série de régime diététique et méthode thérapeutique.

Au contraire ce programme «**Maigrir pour de bon!**» a été mis au point en déterminant comment font les personnes qui atteignent facilement leurs objectifs pour y parvenir.

Donc en étudiant les personnes naturellement minces et en découvrant comment elles le deviennent ou le restent, il est possible de transmettre cette faculté à d'autres. Plutôt que de mener une bataille permanente avec la nourriture,

il est beaucoup plus facile d'apprendre à penser et à réagir d'une manière naturelle comme les personnes minces.

Vous apprendrez à :

Obtenir votre poids idéal,
Vous sentir mieux avec plus d'énergie,
Manger seulement lorsque vous avez faim,
Arrêter de manger lorsque vous êtes rassasié,
Manger tout ce que vous voulez
et oublier les restrictions,
En finir avec la culpabilité,
Manger en prenant plaisir,
Choisir de faire de l'exercice physique et
d'aimer cela
Vous comporter, vous sentir,
comme une personne déjà naturellement mince.

les 5 phases de votre réussite:

- La «**Recette**» des gens naturellement minces
- Vaincre la Faim émotionnelle
- En finir avec vos compulsions
- Accélérer votre métabolisme
Tout ce que vous devez savoir
sur votre alimentation
avec Anaëlle Lepage votre Diététicienne.
- Se réconcilier avec l'image de votre corps

Avec en bonus :

le dossier contenant tous les trucs et astuces pour votre réussite
un enregistrement pour renforcer l'intégration des changements,