



DU 30 MARS AU 12 AVRIL

Libre Forme 8, une méthode et un état d'esprit pour rester mince

Être libre tout en gardant la forme. Renoncer au diktat des régimes en tout genre. Être mince, pourquoi pas ? Mais surtout être bien dans sa peau. En acceptant que le poids soit un problème qui ne se résout pas à travers un régime ponctuel, Libre Forme 8 vous invite à une nouvelle démarche qui vous permettra de trouver votre propre équilibre alimentaire tout en gardant le plaisir de manger et la convivialité des repas en famille ou entre amis. La méthode, basée sur des produits

d'alimentation courante, s'appuie sur une optimisation de la digestion et sur des principes de biochimie alimentaire simple. Pour vous aider à vous dessiner le corps dont vous rêvez, Libre Forme 8 offre à une future mariée trois rendez-vous conseils en nutrition.

Les dates des rendez-vous seront fixées avec la gagnante.

À gagner : 3 rendez-vous conseil en nutrition offerts à une future mariée.

Valeur : 180 €

www.libreforme8.com