



**Coaching Diététique et Sportif**

## ***Nouveau : Coaching diététique !***

### ***Le plaisir de bien manger***

### **Suivi diététique personnalisé**

Vous souhaitez :

- retrouver votre ligne (suite à une grossesse, une prise de poids rapide)
- sculpter votre silhouette,
- refaire le plein d'énergie pour l'arrivée du printemps,
- améliorer votre santé car vous avez une pathologie spécifique (diabète, cholestérol, hypertension, ostéoporose, problèmes intestinaux, gastriques...)

Vous voulez tout simplement **vous sentir bien dans votre corps et avec vous-même,**

Je vous propose une **prise en charge globale sur le plan nutritionnel**, adapté à votre rythme de vie, à vos besoins, vos moyens, votre vie sociale, professionnelle et familiale. Tout est individualisé et personnalisé.

Recettes et rééquilibrage alimentaire, cours de cuisine à votre domicile, vous trouverez tout ce dont vous avez besoin pour garder ou retrouver votre ligne et votre forme.

**Vous avez un objectif en tête, n'hésitez plus c'est à La Roche Fitness !**  
**Laissez-vous séduire, notre diététicienne fera le reste !**

**Bilan par votre diététicienne D.E. offert !**

**Prenez rendez-vous au 02 51 36 96 96**

