

Isabelle Agassis

✉ isabelle.agassis@gmail.com

🌐 isabelleagassis.com

● PROGRAMME "Vitalité et Légèreté" ●

** STOP YOYO **

Votre expérience



POUR QUI ?

- Toutes les personnes qui en ont assez du yoyo
- Celles qui veulent avoir le corps de leur rêve, se sentir bien dans leur peau



POURQUOI ?

- Vous souhaitez retrouver votre poids idéal ?
- Vous désirez retrouver une sérénité vis à vis de votre corps et réguler vos émotions ?



VOTRE PROGRAMME

Vous apprenez :

- Comment répartir vos calories : Petit déjeuners - repas de midi et soir équilibrés selon votre métabolisme
- Les combinaisons alimentaires et quelles sont les bonnes associations à faire pour augmenter votre capacité digestive et brûler plus
- L'importance des index glycémiques et charges glycémiques- comment reprogrammer vos cellules graisseuses pour mincir
- L'importance des acides gras et lesquels manger
- Les règles indispensables pour mincir et savoir écouter vos sensations !
- L'importance du pH dans la perte de poids - l'équilibre acido-basique
- A découvrir de nouveaux aliments sains et délicieux et lesquels privilégier
- Quels sont les 4 « tueurs blancs » et leurs effets dans votre assiette
- Quels sont les bons conseils à appliquer pour ne pas regrossir
- Les étiquettes et leur piège, comment les lire
- Trouble de la chimie du cerveau : nous recherchons vos éventuelles carences et déséquilibres

Vous changez globalement votre façon de manger - de bouger- de dormir- de gérer votre stress- de voir la vie d'une façon pérenne

Le secret de votre réussite : vous approprier ce nouveau mode de vie !



Soyez plus fort que vos excuses et osez le programme !

RETROUVEZ-MOI !

- Radio LFM "Santé vous bien"
- Blog : www.quitteteskilos.com
- Emission TV "France 3"
- Magazines spécialisés
- Journal local "24 H"



+41 79 408 97 06

isabelle.agassis@gmail.com

www.isabelleagassis.com

Lausanne - Yverdon - Estavayer



Isabelle Agassis

✉ isabelle.agassis@gmail.com

🌐 isabelleagassis.com

● PROGRAMME "Vitalité et Légèreté" ●

** STOP YOYO **

—○—
Votre expérience



CE QUE VOUS ALLEZ EXPERIMENTER...

AU BOUT D'UNE SEMAINE

Vous ressentez les premiers effets bénéfiques ! Vous êtes moins fatigué(e), votre digestion est plus saine, vous dormez mieux.

AU BOUT D'UN MOIS

Vous avez réappris à écouter votre corps. Vous comprenez son fonctionnement général. Votre dépendance au sucre s'estompe. Vous réhabituez votre palais aux goûts subtils des épices et des plantes aromatiques. Vous commencez à observer les premiers effets sur votre silhouette. Vous ne perdez pas de poids mais votre ligne commence à se raffermir, vous perdez du ventre.

AU BOUT DE 2 MOIS

La transformation se voit ! Vous n'envisagez plus de revenir à votre vie d'avant. Les plats dont vous raffoliez ne vous semblent plus aussi attirants car vous avez découvert bien mieux. Votre ligne se raffermit et cela se voit sur la balance et vous recevez des compliments et c'est bon pour le moral ! Vous prenez plaisir à préparer des repas sains et délicieux. Vous savez parfaitement organiser vos menus pour vous et votre famille et vous faire plaisir sans replonger. Vous savez gérer sans problème les petites fringales.



QU'EST-CE QUE CELA VOUS APPORTE ?

À la fin de votre programme, vous aurez revu vos habitudes alimentaires en profondeur et vous en finissez définitivement avec les régimes pour vous sentir enfin bien dans votre peau, vous avez moins faim, vous n'êtes plus tentée de grignoter, vous avez retrouvé votre énergie ET **votre perte de gras est déclenchée avec votre poids qui diminue naturellement et sans effort.**



TARIF

1800.- pour 60 jours de suivi avec une consultation de 1h / semaine pendant 8 semaines

