

« Vous supportez, vous, de Vivre à 50% de vos moyens? Moi NON!

Le savoir existe.. de la théorie à la pratique... il n'y a qu'un pas. Imprégnez vous de ce programme inédit, prévenez la maladie, éloignez vos dysfonctionnements, anticipez les effets du vieillissement...

Forgez vous un..
UN PHYSIQUE DE FER,
UN MENTAL DE FEU! »

Laurent Petit

Ce programme fait partie de l'opération
GAGNE DE LA VIE!®

65% des adultes
se jugent fatigables, trop gras, stressés
100% d'entre eux peuvent s'améliorer

**Alors on va
vous coacher !**

**AUJOURD'HUI
JE FAIS**

TOUT BIEN!®

Pour ma santé

**special Managers
&
Hommes pressés**



LES ULTRA SPECIFIQUES

de

Laurent Petit
Method's
SÉCURITÉ & SANTÉ

« Timing serré, échéances majeures, stock d'énergie mobilisé...
les businessmen mènent une vie de compétiteurs, fondent sur l'objectif...

mais se négligent !



Peu stimulé, le corps se ramollit et stocke la graisse
Pas assez hydratée, la peau se toxifie, s'assèche
Mal alimenté, l'organisme se désagrège
Insuffisamment reposé Il s'use

**Un individu cumulant TOUT CA vit mal,
n'est pas productif et vieillit VITE!**

Nous allons vous informer, vous éduquer afin que:

- La zone rouge du stress s'éloigne
- Votre énergie soit stockée, puis réutilisée
- Les calories servent de carburant, pas de charge grasseuse
- L'eau soit un agent detox, pas un liquide résiduel inutile
- Les muscles souples et toniques, le ventre et le dos gainés
- Votre organisme utilise la nuit de sommeil pour se régénérer »

Laurent Petit est kinésithérapeute D.E, coach, ex kick boxeur pro.

Consultant, il est auteur de plusieurs méthodes « silhouette & santé », notamment la réduction du tour de taille, l'activation veino lymphatique, la remise en forme après 50 ans.

« Eduquer les adultes à prendre en charge leur santé est un challenge passionnant et surtout nécessaire..
Le programme "Aujourd'hui.. je fais tout bien !", sérieux et attractif, est voué au succès. C'est avec plaisir que j'y apporte mon concours.»



Médecin nutritionniste à Paris, le **Docteur Arnaud Cocaul** officie dans le domaine de l'obésité et des troubles du comportement alimentaire. Il a écrit de nombreux livres de vulgarisation médicale concernant l'alimentation à tout âge.

12 Thèmes essentiels

- Vous êtes stockeur? devenez brûleur!
- Nutrition : le programme fractionné A.L.E.E
- Optimisez vos temps de sommeil et de pause
- Perdre du ventre VITE, resserrer son tour de taille durablement
- L'eau, agent detox n°1
- Haubaner son dos, soulager ses lombaires...
- Moins fumer, ne plus fumer.. sans grossir
- Rosé, rouge, champagne.. lequel, quand, combien?
- 5h d'avion, 7h de meeting, 4h de golf, 3h de ski..
le warm up anti douleurs
- Programmez la date de votre pic de forme
- Prévention: Bon bilan, bon traitement
&
- **Exclusif !**

**PREPARATION PHYSIQUE
DE L'HOMME PRESSÉ®**

Votre training quotidien de 15 minute... à vie! en DVD