

Parce que le sport et la nutrition sont indissociables pour mincir,

Lady Fitness, le premier réseau de clubs de fitness et minceur réservé aux femmes et **Eric Favre**, l'expert en Nutrition Sportive se sont associés pour élaborer

le programme nutrition fitness

Pour la première fois, des experts s'unissent pour offrir aux femmes toutes les clés d'une perte de poids sûre, optimale et durable : un circuit sportif, un régime alimentaire et des compléments nutritionnels efficaces adaptés au métabolisme féminin. Une méthode minceur globale proposée dans un coffret "MINCEUR FITNESS", conçu rien que pour les filles !

Le coffret "MINCEUR FITNESS" contient :



3 compléments alimentaires minceur, Eric Favre® for Lady Fitness®.

Le livre "30 minutes pour mincir, la méthode Lady Fitness", Éditions Terre d'Hommes.

2 semaines offertes dans un club Lady Fitness® (coupons inclus dans le livre).



Infos pratiques

Prix de vente conseillé : **69 €** le coffret.
Produits minceur et livre peuvent être vendus séparément.
Points de vente : sites internet www.ericfavresport.com - www.ladyfitness.fr - www.ladydiet.com et dans les 56 centres Lady Fitness® en France ; dans les pharmacies et parapharmacies.
Disponible à partir du 1^{er} décembre 2009.

Pour l'élaboration des compléments alimentaires du **Programme minceur fitness**, Lady Fitness® a fait appel à Eric Favre®, expert en phytonutrition qui répond, depuis plus de 20 ans, aux attentes des femmes en matière de minceur.

Les produits nutritionnels **Eric Favre® for Lady Fitness®**, dont l'efficacité est prouvée cliniquement, s'attaquent à la rétention d'eau, aux rondeurs abdominales et à la masse grasseuse : 3 phénomènes qui concernent toutes les femmes !

ANTI-EAU : désinfiltrant, amincissant



La rétention d'eau, accumulation excessive de liquide dans l'organisme, modifie la silhouette de manière disgracieuse (capitons, jambes et chevilles gonflées,...) et est à l'origine de la prise de poids. Pour lutter naturellement contre ces "kilos d'eau" et retrouver une silhouette affinée, l'usage des plantes se révèle être d'une grande efficacité. C'est ce que propose **ANTI-EAU**, élaboré à partir d'un actif révolutionnaire breveté : **Elim'Réal®**. Cette association de plantes diurétiques (carvi, reine des prés, guarana, verge d'or et pissenlit) **active les fonctions d'élimination, désinfiltrer les tissus et active la thermogénèse.**



- + 17,18 % de fréquence d'élimination urinaire
- + 10,69 % d'élimination de sodium**, marqueur de l'activité diurétique
- + 61 % de sensation de jambes légères***

*Étude clinique de 28 jours randomisée en double aveugle et contre placebo, menée sur 87 femmes ayant utilisé Elim'Real®.
** % d'augmentation de la teneur en sodium dans les urines de 24h.
*** Appréciation des volontaires exprimée en % après 28 jours

90 comprimés - Programme de 45 jours - ACL : 9615430 - PVC : 26 €

VENTRE PLAT : - de ventre + léger



Gonflé, lourd, ballonné... le ventre n'est pas toujours un atout de séduction, et ce bien souvent à cause d'une mauvaise digestion. Le complément alimentaire **VENTRE PLAT** a une double action : il rééquilibre la flore intestinale et réduit significativement le tour de ventre. Formulé à partir d'argile, fenouil, pré et probiotiques, **VENTRE PLAT** est la réponse minceur naturelle pour venir à bout des ballonnements et des rondeurs abdominales.



- 7.5 cm de tour de ventre*
- 100 % sensation de bien-être intérieur*

*Étude clinique sur 19 volontaires ayant utilisé Lady Fitness® VENTRE PLAT pendant 30 jours

90 comprimés - Programme de 45 jours - ACL : 9615453 - PVC : 18 €

BRÛLEUR DE GRAISSES : - de graisse + de muscles



BRÛLEUR DE GRAISSES permet de brûler, déstocker et transformer les graisses en énergie pour avoir une silhouette tonique et galbée ! Cette formule naturelle associe des acides aminés, des vitamines et des actifs végétaux efficaces pour une action globale sur ce que redoutent toutes les femmes : la graisse ! En accompagnement d'une pratique sportive, ce complément alimentaire améliore considérablement le ratio masse grasse/masse musculaire.

- de graisse + de muscles

une association d'actifs qui agissent en synergie pour :

- 1- **Déstocker** : Méthionine, Choline, Inositol, vitamines B1 et B6
- 2- **Brûler** : L-Carnitine
- 3- **Augmenter la thermogénèse** : Guarana

90 comprimés - Programme de 45 jours - ACL : 9615447 - PVC : 26 €

Conseils d'utilisation

AVANT LE PETIT DÉJEUNER :

2 comprimés **ANTI-EAU** avec un grand verre d'eau

AVANT LE DÉJEUNER :

2 comprimés **BRÛLEUR DE GRAISSES** avec un grand verre d'eau

APRÈS LE DÉJEUNER :

2 comprimés **VENTRE PLAT** avec un grand verre d'eau

"30 min pour mincir - la méthode Lady Fitness"

(Éditions Terre d'Hommes)

ENFIN UN LIVRE !

Lady Fitness® est le premier réseau de clubs fitness et minceur réservé aux femmes, avec coach permanent. Son succès est dû à une méthode globale prouvée sur des milliers de femmes et exposée aujourd'hui dans un livre :

"30 min pour Mincir - la méthode Lady Fitness", aux Éditions Terre d'Hommes.

Écrit conjointement par 3 spécialistes, ce livre offre 2 semaines de coaching dans un club Lady Fitness®, une multitude de conseils avisés et ciblés pour retrouver la ligne et la forme avec beaucoup de bon sens... à tout petit prix !

Pour retrouver une jolie silhouette, la restriction alimentaire seule ne sert à rien. Elle doit s'accompagner d'une activité physique adaptée, d'une diététique ajustée et de compléments alimentaires ciblés pour optimiser les résultats. Didactique, motivante et accessible, la **méthode Lady Fitness**® est très bien expliquée dans le livre "30 min pour mincir".

130 pages dédiées aux femmes, afin de leur apprendre à **bouger intelligemment**, à s'alimenter correctement et **sans frustrations par le biais d'un bilan énergétique négatif**. Un programme adapté au corps de chacune par un travail complet et varié en fonction des résultats attendus.

Finis les régimes "miracle", les privations, les effets yoyo !

Grâce à ce livre, les lectrices comprendront comment œuvrer pour leur santé tout en se sculptant un corps en adéquation avec elles-mêmes.

Les auteurs



Hervé RIVOAL travaille depuis plus de 20 ans dans le domaine de la remise en forme. Connu et reconnu dans le milieu du Fitness, il a créé plusieurs chaînes de centres de remise en forme et écrit pour des magazines de santé. Il a mis son expertise au profit des femmes en créant en 2004 la chaîne Lady Fitness®.



Lydie DOIT, licenciée en psychologie, est passionnée par le sport et son impact sur le corps. Depuis 2 ans, elle participe, en collaboration avec le groupe Lady Fitness®, à l'élaboration du site Lady Diet et à la rédaction d'articles dans le domaine du bien-être physique et mental.



Eric FAVRE, expert en nutrition sportive depuis 20 ans, a créé récemment sous son nom une ligne de compléments nutritionnels de pointe dédiée aux sportifs, plébiscitée par de nombreux athlètes, artistes, acteurs économiques et coachs sportifs.

"30 min pour mincir - la méthode Lady Fitness" (Éditions Terre d'Hommes) en librairies, FNAC, VIRGIN, ... et dans les centres LADY FITNESS®, le 1^{er} mars 2010 - 9,90 €



CONTACTS PRESSE

LADY FITNESS® (clubs, tendances gym/sport) :
PROFILE PR - Aurélie LÉVEILLÉ - aleveille@profilepr.fr
Tél : 01 56 26 72 23 - P : 06 99 60 97 45

ERIC FAVRE® SPORT (produits minceur) :
Aurélie DUMONTEIL - adumonteil@3chenes.fr
Tél : 04 74 70 74 22 - P : 06 12 20 57 59

ÉDITION TERRE D'HOMMES (livre Lady Fitness) :
Anne-Sophie NEGRONI JOUVINROUX
anne-sophie@negroni-associes.fr
Tél : 06 60 54 49 47

Produits et livre disponibles sur demande.

AVIS IMPORTANT

Suite aux recommandations de nombreux experts scientifiques, le Ministère de la Santé a mis en place en 2001, le Programme National Nutrition Santé (PNNS) dont le but est d'améliorer l'état de la santé de la population Française grâce à la nutrition et le sport.

Depuis plusieurs années, les pouvoirs publics prônent la nécessité d'avoir une alimentation variée et équilibrée ainsi que de pratiquer une activité physique régulière, deux facteurs de protection contre le cancer, les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité...

En alliant le sport et la nutrition, le Programme Nutrition Fitness mis au point par Eric Favre® et Lady Fitness®, s'inscrit dans cette démarche d'intérêt général.

LE PREMIER PROGRAMME

NUTRITION & FITNESS

INNOVATION
2010

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

CO-BRANDING

ERIC FAVRE®
SPORT NUTRITION EXPERT

& **Lady fitness**
MA SOLUTION FORME ET MINCEUR EN 30 MIN