

L'ORANGE BLEUE MON COACH FITNESS ACCUEILLE LE HAPPY FIT TOUR DE LISA NASRI

L'Orange Bleue accueille la pétillante Lisa Nasri pour son tour de France HAPPY FIT !

La rencontre entre l'Orange Bleue et Lisa Nasri est une évidence tant ils partagent les mêmes valeurs sportives et humaines. Convivialité, plaisir, bien-être et bienveillance sont les maîtres-mots ! L'Orange Bleue a mis au coeur de son concept « l'humain » tout comme la coach qui prône l'acceptation de soi et de son corps.

Lisa Nasri profitera du HAPPY FIT Tour pour faire découvrir le concept et les salles de sport l'Orange Bleue Mon Coach Fitness.

À cette occasion, la dynamique coach sportive animera la Happy Fit Class. Son concept : développer la confiance en soi par le sport. Un cours inédit, qui va au-delà du sport et qui permet la reconnexion à soi. L'alliance de la danse, du renforcement musculaire ainsi que l'utilisation d'accessoires décalés et de tubes de années 90 font de ce cours une innovation dans le monde du fitness.

Au programme de chaque rendez-vous :

- 1h de Happy Fit Class
- 2h de talk sur la confiance en soi

Les événements HAPPY FIT ont pour but de favoriser les rencontres et les échanges autour du sport et de répandre la bonne humeur, le fun et la bienveillance partout en France. À travers un accompagnement personnalisé, HAPPY FIT fait ressortir l'âme sportive des participants et les guide sur le chemin de la confiance en soi.

L'Orange Bleue met à disposition de la coach sportive 7 salles de sport Mon Coach Fitness dans plusieurs villes de France. Après le succès des premiers rendez-vous HAPPY FIT à Rennes le 30 mars et à Nantes le 31 mars, Lisa Nasri se rendra à :

- Châtelleraut le 19 octobre (Salle l'Orange Bleue Mon Coach Fitness – Châtelleraut)
- Lyon Part-Dieu le 23 novembre (Salle l'Orange Bleue Mon Coach Fitness- Lyon Part-Dieu)
- Saint-Egrève le 30 novembre (Salle l'Orange Bleue Mon Coach Fitness – ST Egrève)
- Bordeaux Saint Christoly le 7 décembre (Salle l'Orange Bleue Mon Coach Fitness - Bordeaux Centre Saint-Christoly)
- La chapelle-sur-Erdre le 14 décembre (Salle l'Orange Bleue Mon Coach Fitness – La Chapelle sur Erdre)

HAPPY FIT

**l'Orange
bleue** | mon coach
Fitness
UNIQUE ET N°1

À PROPOS DE L'ORANGE BLEUE MON COACH FITNESS

L'enseigne l'Orange Bleue est née à Rennes en 1996. Après avoir développé ses propres clubs pendant 10 ans, Thierry Marquer, fondateur et président Directeur Général du groupe l'Orange Bleue lance le concept en licence de marque en 2006. Aujourd'hui, le réseau compte plus de 380 clubs ouverts et 100 ouvertures en 2019. Depuis 20 ans, l'enseigne a su mettre au point des outils spécifiques et des méthodes innovantes mais aussi s'entourer de véritables experts, ce qui lui confère aujourd'hui une technique de haut niveau et une place de numéro 1.

QUI EST LISA NASRI, CRÉATRICE DE LA MÉTHODE HAPPY FIT ?

Juriste de formation pour suivre un schéma familial, Lisa n'était pas épanouie dans son métier. Cette carrière toute tracée a fini par lui faire perdre confiance en elle. *Cette situation m'a touché moralement et physiquement. Je cherchais une échappatoire pour m'épanouir réellement.* ». « Au début, j'allais au sport simplement pour me défouler mais petit à petit, j'ai réalisé qu'il m'aidait à lâcher prise, à aller de l'avant. Il m'a permis de prendre conscience de mon corps et de me sentir libre ». Cette prise de conscience a été le déclic et à 30 ans, Lisa ose enfin vivre une vie en accord avec ses valeurs. Ainsi est né HAPPY FIT.