

# À LA-GUERCHE-DE-BRETAGNE ARRIVÉE DU YAKO BOXING

## 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 82 en cours d'ouverture.

Depuis 20 ans, l'enseigne a su mettre au point des outils et des méthodes spécifiques mais a su aussi s'entourer de véritables experts, ce qui lui confère aujourd'hui une technique de haut niveau.

## L'ORANGE BLEUE MON COACH FITNESS, UNE OFFRE AU PLUS PROCHE DES ATTENTES DES ADHÉRENTS

L'Orange Bleue propose une marque déposée de cours collectifs exclusifs YAKO® pouvant convenir à tous. Ce concept de cours toniques, variés et novateurs permet de proposer du renforcement musculaire et du cardio.



Côté abonnements, les adhérents peuvent bénéficier d'un tarif à partir de 19,90€\* par mois.

## UNE OUVERTURE QUI S'INSCRIT DANS UN PROJET GLOBAL DE DÉVELOPPEMENT

« Je suis fier de constater que les méthodes que nous avons mis en place depuis 1996 pour créer un réel univers l'Orange Bleue portent leurs fruits et nous permettent aujourd'hui de quadriller l'ensemble de l'hexagone avec nos clubs » tient à préciser Thierry Marquer. Au niveau national, l'Orange Bleue poursuit son développement et prévoit l'ouverture de 70 salles en moyenne par an pendant les 10 prochaines années en s'implantant notamment dans des zones très rurales. De plus, le développement se poursuit en Europe avec l'ouverture de clubs en Espagne, au Maroc et bientôt au Portugal.

\* 19,90€ par mois pdt 3 mois pour une durée d'engagement de 27 mois (3 mois à 19,90€/mois, puis 26,90€/mois pdt 24 mois). Hors souscription pack avantages. Conditions de l'offre dans les clubs participants. Liste des clubs participants sur le site.

## LE YAKO BOXING, C'EST QUOI ?

Le Yako Boxing est un cours explosif avec sac de frappe permettant de mettre la boxe à la portée de tous. Un cours dynamique qui combine sport de combat à dominante cardio et renforcement musculaire. Le tout sur des musiques rythmées et sous forme de rounds. Ainsi, un travail sur les combinaisons de coups, les déplacements, la posture, la technique, la puissance, la vitesse, les capacités cardio-vasculaires (le souffle) et le renforcement musculaire est réalisé. Front kick, crochets, directs croisés... Les mouvements s'inspirent véritablement de ce qu'on peut appréhender sur un ring. En participant régulièrement à ce cours collectif dispensé en exclusivité dans vos salles de sport l'Orange Bleue, vous développerez votre endurance, votre agilité, votre force et votre précision au-delà de vous défouler sur une thématique ludique.



« Résultats et défoulement garantis ! »

## OÙ ?

Découvrez ce cours dispensé par des coachs diplômés d'Etat à l'Orange Bleue La-Guerche-de-Bretagne.

Des combinaisons de boxe simples pour débiter restant accessibles à tous.

Un travail complet du corps alliant cardio et renforcement dans un esprit de combat et de dépassement de soi.

Idéal pour brûler des calories après une journée épuisante et stressante dans une ambiance conviviale.

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

### INFORMATIONS PRATIQUES :

Club de La-Guerche-de-Bretagne :  
2, Rue de La Garenne - 35130 LA-GUERCHE-DE-BRETAGNE  
02 99 96 82 88 - lorangebleuelaguerche@outlook.fr

Contact Presse :  
BMRP - 15 rue de Marignan Paris VIII  
Charlotte GÉLIE - c.gelie@bmrp.fr - 01 43 06 92 42