

Le Groupe Moving s'associe avec Le BootCamp, leader du coaching Minceur !

Groupe **Moving**[®]
Forme • Beauté • Loisirs



Événement dans le monde du fitness ! Samedi 16 novembre, lors d'un **Workshop Minceur et Bien-Etre** organisé au Lady Moving Paris 17, le Groupe Moving annonçait son partenariat exclusif avec **Valérie Orsoni**.

A cette occasion, la créatrice du **programme Le BootCamp** et son équipe ont accueilli des BootCampeuses dans une ambiance très conviviale. Au programme : une présentation du **Régime des Gourmandes** et leur 1^{er} coaching diététique & minceur offert par Le BootCamp.

Le BootCamp® partenaire exclusif minceur des salles de fitness du Groupe Moving

Créé en 2002, **Le BootCamp** a déjà séduit plus de 1,2 millions de femmes à travers le monde. Avec **0% privation**, **0% frustration** et des **résultats visibles dès la 1^{ère} semaine**, il est aujourd'hui le n°1 du coaching minceur et bien-être en ligne.

Son secret ? Une **approche unique de la minceur** basée sur 4 piliers : la **nutrition** (25%), le **fitness** (25%), la **motivation** (25%) et la **gestion du stress** (25%). Pour Valérie Orsoni, ce coup d'envoi fut également l'occasion de rappeler quelques principes de son régime minceur avec notamment une alimentation pauvre en gluten.

Une expertise nutrition qui s'inscrit donc parfaitement dans la démarche « santé » entreprise par le Groupe Moving avec la mise en place de **l'Observatoire National Santé Sport** en octobre.

Après ce premier moment de convivialité, place à l'action

Le saviez-vous ?

- 10 min par jour peuvent suffire pour tonifier son corps grâce au Speed Fitness et ses exercices inédits praticables n'importe où !
- Moins de stress = moins de cortisol = des kilos en trop perdus plus facilement. Des techniques faciles pour apprendre à gérer son stress en seulement deux minutes.

Côté nutrition : les aliments de demain sont là dès aujourd'hui. Le 16 novembre, il était temps de les déguster ! Des One-on-One coaching nutrition étaient également organisés. Enfin, la rencontre s'est terminée par un moment de **partage des expériences**, des **secrets minceur** et des **astuces motivation**. Ce moment était également l'occasion de répondre à toutes les questions sur les régimes à la mode, les nouvelles tendances fitness venues d'ailleurs ou d'ici et les techniques de motivation qui ont fait leurs preuves.

Ainsi fut donné le coup d'envoi d'une **alliance unique** : celle de deux leaders, une synergie d'expertise qui devrait apporter une réponse aux attentes de nombreuses adhérentes.

Le Boost30 arrive en février 2014 dans le Groupe Moving

Créé par Valérie Orsoni, ce cours exclusif de 30 minutes sera proposé dans toutes les enseignes du Groupe Moving à partir de février 2014.



**GRUPE MOVING : N°1 du fitness en France
et leader de la franchise depuis 25 ans**

A l'heure où 61% des français font du sport, les marques du Groupe Moving sont plus que jamais des concepts avant-gardistes qui s'inscrivent à la fois dans les tendances mais qui répondent aussi aux besoins des consommateurs.

Le Groupe Moving c'est donc 5 clubs pour 5 personnalités différentes :

- **Clubs Moving**, les classiques mixtes pour les ATHLETES
- **Lady Moving**, les féminins pour les 100% GIRLY
- **Fitness Park by Moving**, le low cost pour les WINNERS
- **Moving Express**, le self-fitness pour les ECONOMES
- **Garden Gym**, la forme au naturel pour les GREEN ADDICTS

Clubmoving
Bouger, c'est vivre

ladymoving
Mince & tonique en 30'

FITNESS PARK
by Moving

moving
express

GardenGym
La forme au naturel