Retrouvez la forme avec Coach Fitness



Nouveau venu sur la toile depuis début juillet, le site de remise en forme **Coach Fitness** vous propose des programmes de remise en forme adaptés à votre morphologie et à vos besoin.

Sylvie Pichon, brevetée d'Etat d'éducateur sportif spécialisé dans la culture physique et le culturisme (BEAECPC), établira avec vous un diagnostic de vos besoins et de votre état de forme afin de vous permettre de progresser dans le domaine de votre choix.

Circuit Training Anti-cellulite, Renforcement musculaire, Stretching, Gym douce, Aérobic, chaque programme est effectué par une **éducatrice sportive diplômée d'état** et comprend des exercices abdos-fessiers ainsi que des étirements en fin de séance.

Golfeuse chevronnée (elle est qualifiée pour la finale nationale des Greens de l'espoir à Aix les Bains), elle saura à coup sur vous faire travailler ce qui cloche dans votre physique pour que le physique ne soit plus un obstacle à votre progression.

N'hésitez donc pas à **contacter** Sylvie qui se fera un plaisir d'établir avec vous un diagnostic de vos performances et de ce qu'il vous faudra travailler.