

COACHING SUR TOUTE LA LIGNE

ENCORE QUELQUES KILOS EN TROP ? LA **BONNE NOUVELLE**, C'EST QU'EN 2010, ON NE TIRE PLUS LA LANGUE EN SOLO. POUR ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE ET DANS SES FORMES, ON S'ALLÈGE À SON RYTHME ET ON N'HÉSITE PAS À DEMANDER L'AIDE D'UN **COACH**. NOUS AVONS ÉPLUCHÉ **SIX PROGRAMMES D'AMINCISSEMENT ACCOMPAGNÉS**. QUE VOUS SOYEZ HYPERDÉTERMINÉE, FÉRUE DE HIGH-TECH, BIO ADDICT OU... INCORRIGIBLE COURMANDE, À VOUS LA **BONNE MÉTHODE !**

"DIET" 4 ÉTOILES À DOMICILE

À défaut d'un cuisinier qui nous concocterait des repas équilibrés à la maison, on peut désormais se faire livrer des plats diététiques préparés par Mauro Colagreco (élu chef de l'année par le Gault et Millau 2008), et élaborés par des diététiciens. Blanc de poulet entier aux bambous et topinambours au lait de coco, crevettes Black Tiger et légumes au wok... Au total, 8 plats frais aux saveurs thaïes, sains, savoureux, que l'on peut aussi consommer dans le cadre de menus (attaque ou stabilisation) avec fruits frais découpés, céréales hyperprotéinées, yaourts fermiers... Miam ! Kitchendiet. Tél. : 0.811.622.512 et sur www.kitchendiet.fr
Livraison Paris et Province. Plats à partir de 8,80 €. Pack découverte : à partir de 79 € pour quatre jours de programme (petit déjeuner, déjeuner, collation et dîner).