



# LA ZONE FIT-FORME

LA  
*fille* EN  
FORME

# Formule abonnement

## PLUS TU T'INSCRIS, PLUS TU ÉCONOMISES !

Chaque mois comprend:

- Le contenu mensuel + celui des mois précédents *Wow!*
- Entraînement avec coach 2x par semaine
- Menu de base avec ces explications
- Défis quotidiens
- 2 conférences éducatives (voir thématique)
- Appel de 15 min. pour stratégie vitamines

1 mois -	44\$
12 mois -	400\$

## TU EN VEUX PLUS?

- Consultation avec coach (en privée) : 125\$ pour 30 min.
- Plan entraînement personnalisé : 85\$
- Personnalise ton mois : 33\$
- Ajoute la transformation ultime : 800\$
- Ajoute le programme ménopause : 400\$

Contactez-nous pour plus de détails: [info@lafilleenforme.com](mailto:info@lafilleenforme.com)

*\*Tous les prix sont plus txs*

## VOICI LES CONFÉRENCES POUR CHAQUE MOIS

<i>Janvier</i>	<b>COMMENT ATTEINDRE SES OBJECTIFS ANNUELS</b>
<i>Février</i>	<b>DIMINUER L'INFLAMMATION</b>
<i>Mars</i>	<b>MAXIMISER SA PERTE DE POIDS</b>
<i>Avril</i>	<b>L'IMPORTANCE DE RÉDUIRE LE STRESS</b>
<i>Mai</i>	<b>MAXIMISER SON ÉNERGIE</b>
<i>Juin</i>	<b>COMPRENDRE LES RÉGIMES ET LEURS EFFETS</b>
<i>Juillet</i>	<b>APPRENDRE ET PARVENIR À AIMER NOTRE BIKINI BODY ?</b>
<i>Août</i>	<b>LES HORMONES</b>
<i>Septembre</i>	<b>RECONNAÎTRE SON TYPE GLANDULAIRE</b>
<i>Octobre</i>	<b>COMPRENDRE SON ASSIETTE</b>
<i>Novembre</i>	<b>LE SYSTÈME NERVEUX, UN ALLIÉ POUR ÊTRE EN SANTÉ</b>
<i>Décembre</i>	<b>LA SANTÉ DIGESTIVE</b>

## VOICI LES CONFÉRENCES POUR CHAQUE MOIS EN LIEN AVEC USANA

<i>Janvier</i>	<b>COMMENT ATTEINDRE SES OBJECTIFS DE PERTE DE POIDS</b>
<i>Février</i>	<b>CONNAÎTRE LES PRODUITS USANA ET COMMENT ILS PEUVENT T'AIDER</b>
<i>Mars</i>	<b>COMPRENDRE LE MONDE DES DÉTOX</b>
<i>Avril</i>	<b>LA SANTÉ DE LA FEMME</b>
<i>Mai</i>	<b>LA SANTÉ FINANCIÈRE AVEC L'OCCASION DE USANA</b>
<i>Juin</i>	<b>MOCKTAILS &amp; FESTIVITÉS ESTIVALES</b>
<i>Juillet</i>	<b>NOS FAVORIS POUR UN VENTRE PLAT</b>
<i>Août</i>	<b>RETOUR À L'ÉCOLE ET IDÉES COLLATION</b>
<i>Septembre</i>	<b>LES NOUVEAUTÉS</b>
<i>Octobre</i>	<b>BOOSTER SON SYSTÈME IMMUNITAIRE</b>
<i>Novembre</i>	<b>TON SPA MAISON AVEC CELAVIVE</b>
<i>Décembre</i>	<b>DES FÊTES EN PLEINE FORME</b>