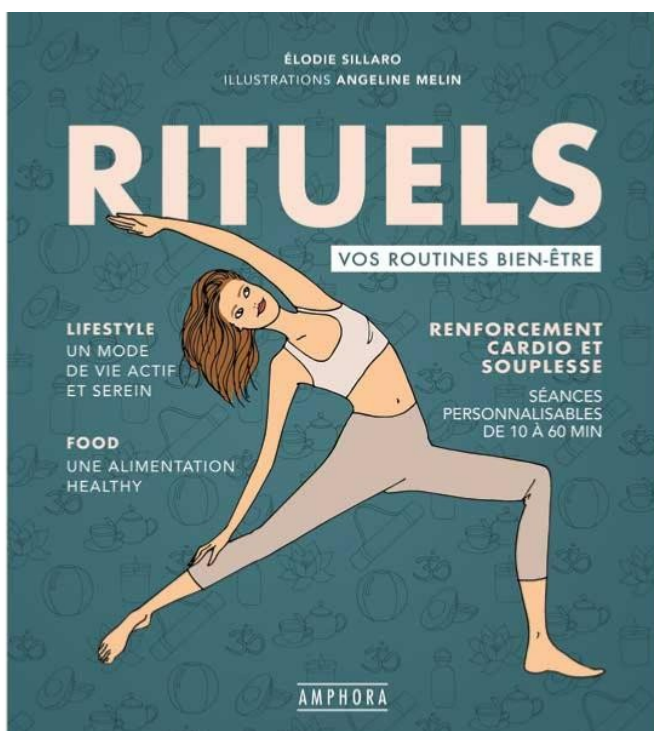


## Manuel - Rituels, vos routines bien-être



### Codes produits :

Référence 269134

### caractéristiques du produit :

### Description brève du produit :

Du sport feel good et une alimentation healthy pour devenir la meilleure version de vous même !

Bien plus qu'un bel objet, "Rituels" vous permet d'assembler les différentes séances à votre guise pour un accompagnement sur-mesure.

### Description du produit :

Un mode de vie actif et sain !

Finis les programmes d'entraînement compliqués et chronophages. Le manuel "Rituels" vous accompagne au quotidien pour mettre en place des routines motivantes et inspirantes. Endurance, renforcement musculaire et souplesse : vous allez progressivement améliorer votre forme physique, vous dessiner une silhouette harmonieuse et booster votre mental.

Du sport feel good et une alimentation healthy pour devenir la meilleure version de vous même ! Bien plus qu'un bel objet, "Rituels" vous permet d'assembler les différentes séances à votre guise pour un accompagnement sur-mesure.

96 pages

### Attributs du produit :