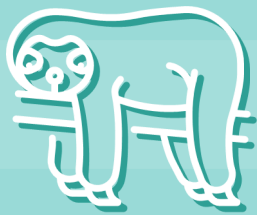




OUI, VOUS POUVEZ CHANGER !

En étant bien accompagné, tout est possible

Pourquoi c'est difficile de se lancer ?



*Pas assez
de **motivation***

*Manque
d'**accompagnement***



*Des **objectifs**
mal définis*

*On se sent
parfois **seule***



*Je ne sais pas
quel **sport** faire*

LANCEZ-VOUS AVEC BEB !



Notre guide vous accompagnera tout au long de votre programme minceur et sportif. Vos objectifs de perte de poids seront parfaitement définis et vous ferez partie d'une vraie communauté de **#winneuses** prêtes à tout surmonter !

On ne naît pas motivée, on le devient.

La motivation n'est pas une chose innée, c'est pourquoi nous avons ciblé les **4 conditions** nécessaires pour réussir à changer durablement !

Ménagez vous un lieu pour réaliser vos objectifs : une pièce, une salle de sport, à l'extérieur...

2
**Avoir un
ESPACE À SOI**



Comme le dit le proverbe :
« seul on va plus vite,
ensemble on va plus loin »

3
**Être bien
ACCOMPAGNÉE**



1
**Se dégager du
TEMPS**



Si vous courez sans cesse à droite ou à gauche vous n'aurez pas assez de temps pour changer. Prévoyez-vous un créneau hebdomadaire rien que pour vous.

4
**Se donner des
PRIORITÉS**



Si votre résolution de l'année ou objectif de la saison c'est de prendre soin de vous, mettez cela au top de vos priorités dans votre agenda .



POUR DÉCOUVRIR D'AUTRES
CONSEILS MOTIVATIONNELS,
SPORTIFS ET DIÉTÉTIQUES,
**TÉLÉCHARGEZ
VOTRE GUIDE BEB !**

Oui vous pouvez changer !