

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

— RÉÉQUILIBRAGE ALIMENTAIRE — STOP AUX RÉGIMES

Atteindre ses objectifs de poids sans privation

Atteignez vos objectifs sans privation !

Perte ou prise de poids ? Grâce à la méthode de Bénédicte Le Panse, vous serez accompagné afin d'atteindre vos objectifs sans contrainte grâce à un rééquilibrage alimentaire tout en douceur. Bénédicte s'adapte à vos besoins tout en préservant votre santé : tout est une question d'harmonie entre votre métabolisme et vos stimulations hormonales. Depuis sa première parution, cet ouvrage est devenu une véritable référence et la méthode a été validée scientifiquement. Dans cette nouvelle édition, vous bénéficiez d'astuces inédites et de circuits training illustrés par Clémence Castel, ancienne gagnante de Koh-Lanta, afin d'accompagner de façon efficace ce rééquilibrage. Comme de nombreux athlètes de niveau international, comédiens, dirigeants d'entreprise et tant d'autres, trouvez votre poids de forme dans une perspective de bien-être, de santé et de performance.



L'auteur

Bénédicte Le Panse

Bénédicte a su combiner une carrière sportive exceptionnelle (notamment Championne du Monde de force athlétique) et sa fonction de chercheur à l'université d'Orléans et dans le monde sportif médical (Docteur en physiologie). Fondatrice et Directrice de l'organisme de formation « Le Panse Academy », elle prépare chaque année cinquante candidats aux métiers du sport. Parallèlement, Bénédicte conseille des sportifs de haut niveau (judo, athlétisme, lutte...) ainsi qu'un nombre important de « VIP » dans leur démarche de rééquilibrage alimentaire en s'appuyant sur sa méthode.

Le livre sera disponible dans tous les points de vente: librairies, sites e-commerce, dans les magasins de sports et sur ED-AMPHORA.FR

Si vous souhaitez recevoir un exemplaire en service de presse, du contenu, et/ou interviewer l'auteur pour la rédaction d'un article contactez:

Myriam Baba-Aissa
Responsable Communication et Relations Presse
Editions Amphora
27 rue Saint-andré des arts 75006 Paris
01 43 29 03 04
m.babaissa@ed-amphora.fr