

## LIENS RAPIDES

[Archives](#)  
[Site Da Vinci Wellness](#)  
[Wavre](#)

## INSCRIPTION

[Join Our Mailing List!](#)

## PARTENAIRES

**TECHNOGYM**

The Wellness Company™

**Les Mills**

Encore plus **FORT!**



CLUB JUSTINE NI

Périodique

Juin 2009

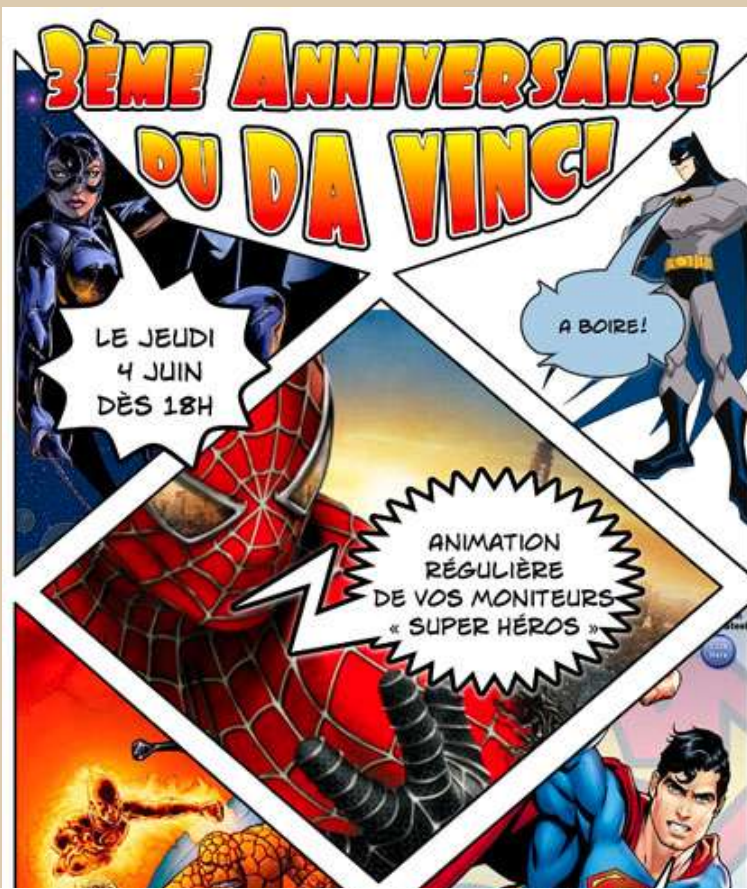


Cher membre,,

Au sommaire ce mois-ci :

1. 3ème Anniversaire
2. Votre rendez-vous de réévaluation.
3. Réservation online spinning.
4. La Théorie du Da Vinci

## 3ème Anniversaire





## VENEZ NOMBREUX FETER LES 3 ANS DE VOTRE CENTRE.

Vos moniteurs en SUPER HEROS vous attendent pour venir trinquer, se restaurer et surtout s'amuser avec eux : le jeudi 04 juin 2009 à partir de 18H00. N'oubliez pas de vous inscrire à la réception pour cet évènement et sachez que les cours de cette soirée, seront exceptionnellement annulés.

## Votre rendez-vous de réévaluation.

Pour un meilleur suivi de vos entraînements, nous vous proposons une réévaluation de votre programme tous les mois. Nous attirons votre attention sur l'importance de ces tests tant pour vous que pour nous. C'est la base de notre service et cela nous permet de mieux vous accompagner tout au long de vos séances d'entraînements.

Et c'est pour cette raison, que la semaine précédant votre réévaluation, vous recevrez un courrier sur votre boîte mail vous rappelant la date et l'heure de votre rendez-vous. Ainsi, si vous avez un empêchement, nous vous serions reconnaissant de bien vouloir nous prévenir au plus vite. Nous comptons sur votre collaboration.

## Réservation online spinning

Rappel pour les membres qui ne le savent pas encore : vous pouvez dorénavant vous inscrire aux cours de spinning via notre site internet [www.davinci-fitness.com](http://www.davinci-fitness.com) . Pour cela, vous devez connaître votre nom d'utilisateur et votre mot de passe. N'hésitez pas à le demander à la réception.



## La Théorie du Da Vinci

Bouger pour sa santé

=

Activation cardio-vasculaire 30-35min, 2-3X/semaine à 70%

Bouger pour sa santé

≠

Se promener, porter des charges, pratiquer certains sports,...

Bouger pour sa santé

≠

Uniquement brûler des calories, perdre un tour de taille,...

Bouger pour sa santé  
=  
Améliorer son métabolisme général  
=  
Lutter contre le stockage de substances nuisibles.  
=  
Diminuer les risques de maladies liés à ce stockage.

Bouger pour sa santé  
=  
Nettoyer son organisme

Bouger pour sa santé  
=  
Besoin vital trop souvent négligé

CQFD



**DA VINCI WELLNESS CENTER sa**  
239 Rue Provinciale - 1301 BIERGES  
TEL : +32 10 842 822 - FAX : +32 10 412 209