

“J’ai testé le programme du coach Clouser sur **clouermag.fr**”

# Tania : “Coachee par Valérie Orsoni,

## j’ai perdu 11 kilos”



**AUJOURD'HUI**  
55 kg

Vous la reconnaissez ? Cette jeune femme en jean, c'est bien Tania ! C'est en voyant cette photo que Tania a décidé de « faire quelque chose ». Après un an d'adhésion au clouser.lebootcamp.com, elle est devenue une nouvelle femme. Ses onze kilos perdus l'ont totalement transformée. Aujourd'hui, elle mesure le chemin parcouru et découvre, avec bonheur, son nouveau corps. Bien dans sa peau, moulée dans ses vêtements, elle a retrouvé le sourire et dégage une féminité incroyable qui fait plaisir à voir !



**ÉTÉ 2007**  
66 kg

En un an, Tania, jeune maman de deux enfants, est passée d'un 44 à un 36. Elle raconte...

**P** etite, je me situais dans la moyenne, ni trop fine ni trop grosse. Ado, j'ai même tenté le mannequinat mais je ne correspondais pas aux standards ! Avec le temps, j'ai pris pas mal de kilos et mes deux grossesses n'ont rien arrangé. Un jour, je me suis regardée dans la glace et là... ça a été l'électrochoc ! Il fallait que ça change, que je fasse quelque chose. Comme je ne me sentais pas de maigrir toute seule, j'ai cherché des solutions sur internet. En surfant, j'ai découvert le site Clouser et Valérie Orsoni. Tout de suite, son contact m'a plu, son offre concrète était faite pour moi ! Le site, clouser.lebootcamp.com, m'a proposé un programme qui correspondait vraiment à mes goûts. J'ai pu calmer mes envies obsessionnelles de sucre. Moi qui n'avais jamais suivi de régime, les conseils quotidiens de Valérie m'ont aidée à tenir lorsque mes envies étaient trop fortes. En plus, je pouvais dialoguer avec les autres personnes

inscrites et on s'entraidait. Grâce à cela je n'ai jamais craqué et les résultats sont vite arrivés. Valérie a corrigé mes mauvaises habitudes alimentaires. Fini les jeûnes du soir pour perdre quelques grammes qui reviennent bien plus vite qu'on ne les a perdus !

**“Aujourd'hui, faire du shopping est redevenu un plaisir”**

Aujourd'hui, je suis contente du résultat. En un an, j'ai perdu onze kilos. Je me sens mieux, plus zen et surtout plus sûre de moi. Je garde mes bonnes résolutions et ma nouvelle façon de m'alimenter. J'ai mis au placard mes vêtements taille 44 et aujourd'hui j'achète du 36 ! Avant, le shopping était un véritable calvaire mais maintenant que je me sens enfin femme, j'adore ça. Mes enfants sont heureux de leur maman épanouie et mon mari est fier de sa nouvelle épouse ! »

PAR JOCELYNE DE AMORIN  
jocelyne.deamorin@mondadori.fr

### LES CINQ CLÉS DE LA RÉUSSITE EXPLIQUÉES PAR NOTRE COACH

#### 1. La motivation

« La principale clé de la réussite est la motivation. Difficile de ne pas flancher ! Alors dans les moments de doute, vous pouvez compter sur les bootcampeuses, sur mon équipe et moi-même. »

#### 2. Halte aux privations !

« Mincir n'est pas une torture ! Aucun aliment n'est interdit et mes recettes légères vous aideront à retrouver la ligne. »

#### 3. Sport et nutrition

« Perdre du poids, intelligemment et pour toujours, c'est en savoir presque autant que son nutritionniste et son entraîneur sportif. »

#### 4. A la pointe des tendances

« Je coache les stars américaines et je suis à l'affût des dernières avancées. Ainsi, vous pouvez bénéficier des mêmes conseils que les plus grandes stars U.S. »

#### 5. Perdre et ne pas reprendre

« En mettant en place un style de vie sain, sans privation, les kilos ne reviennent jamais, foi de coach ! »

**VALÉRIE LA COACH CLOUSER**



## PERDEZ 6 KILOS en 1 mois !

Avec [www.clouermag.fr](http://www.clouermag.fr)

Moins de 1€ par jour

Avec Valérie Orsoni, coach de stars à Hollywood !

**VOTRE PROGRAMME : 92 % de réussite !**

- Une étude gratuite de votre profil.
- Une session de coaching par e-mail chaque matin avec les vidéos et conseils du jour.
- Un suivi de vos progrès au travers de votre blog, avec la possibilité de poser vos questions à Valérie, votre coach.
- Des recettes faciles et riches en goût recommandées par les nutritionnistes.
- Des exercices pratiques à faire chez vous !

CHAQUE JOUR : UNE VIDÉO CONSEIL + UN E-MAIL PERSONNALISÉ



“Pendant un mois, je vous suis pas à pas et je réponds directement à vos questions.”

+ de 5 500 lectrices ont déjà testé ce programme

Offre découverte

**27 € au lieu de 30 € grâce au code CLOSER10**

Inscrivez-vous sur [www.clouermag.fr](http://www.clouermag.fr)

