

Valérie Orsoni intègre dans son programme LeBootCamp **les objets connectés !**

*Exclusif,
spécial
rentrée !*

À glisser dans la poche ou sous forme de bracelet, un objet connecté est une montre, un podomètre etc. qui permet de suivre les données du corps toute la journée : nombre de pas réalisés, de calories brûlées, qualité du sommeil, rythme cardiaque... Avec certains modèles, il est même possible d'indiquer les repas réalisés pour optimiser les efforts et atteindre plus facilement les objectifs minceur fixés.



Pour accompagner nos BootCampeuses "connectées", le coaching LeBootCamp propose de synchroniser les données de ces objets connectés à leur Blog depuis leur espace privé afin d'aller toujours un peu plus loin dans la personnalisation de leur parcours minceur.

Elles peuvent ainsi conserver une motivation toujours au top !



FitBit, Withings... Découvrez tous les objets connectés dans le programme LeBootCamp !

sur LeBootCamp.com