

# My BodyCoach3

sur Kinect pour Xbox 360  
et Valérie Orsoni



**MY BODY COACH 3** a été réalisé en partenariat avec **Valérie Orsoni, coach sportif et diététique certifiée**. Régulièrement invitée sur les plateaux de télévision de chaque côté de l'Atlantique. Valérie s'impose progressivement comme l'image d'une minceur **non médicalisée et non anxiogène**. Elle est la coach attirée de nombreuses stars et de titres de presse français et américains. Depuis Novembre 2009, Valérie Orsoni qui vit en Californie depuis plus de 10 ans, est l'image mondiale de la série de jeux vidéo **MY BODY COACH**.

*"Je coache les stars qui se disent belles naturellement. Vous savez, celles qui disent manger du chocolat, faire la fête jusqu'à point d'heure sans faire de sport ? Celles-là ! Grâce à elles, j'ai développé des techniques de pointe qui ont fait leurs preuves..."*

**Valérie Orsoni** est la créatrice de **LeBootCamp.com**, le pionnier du coaching minceur en ligne qui a séduit plus de 1.2 millions de membres à travers le monde : France, USA, Espagne, Mexique, Afrique du Sud, ce sont en tout plus de 38 pays qui sont couverts. Récemment, elle vient de lancer un site de livraison de plats cuisinés à domicile : <http://www.LeBootCampFood.com>  
LeBootCamp vient aussi de dévoiler **LeLab®**, un comité scientifique d'experts du monde entier renommés et reconnus par leurs pairs.



*"LeBootCamp a bien grandi ! Nous sommes maintenant 125 dans le monde entier pour vous aider à progresser. J'ai pu enfin créer l'entreprise dont je rêvais : on y emploie des femmes au foyer, des mères de familles nombreuses, des hommes proches de la retraite et qui ont tant à offrir, des jeunes diplômés que les grandes entreprises aimeraient recruter dans 10 ans seulement. C'est cela qui fait notre force !"*

Elle est également l'auteur de 12 ouvrages de coaching aussi bien pour le monde de l'entreprise que pour le monde du fitness, et de la perte de poids, de **"La Méthode Orsoni"** éditée aux éditions du Reader's Digest ainsi que et des recettes, **"Les 101 Recettes Minceur de la Coach des Stars"**



Kinect, Xbox, Xbox 360 and Xbox LIVE are either trademarks or registered trademarks of the Microsoft group of companies.

Contacts Presse : **VPCOM**

**Morgane Ah Kong**  
01 41 14 34 33 – [ma@vpcom.net](mailto:ma@vpcom.net)

Valérie Orsoni presents

# My BodyCoach3

COMPLETE COACHING

La remise en forme et le fitness,  
un sport qui touche  
**1 français sur 3\***

**88%** pratiquent  
du sport au moins  
une fois par semaine\*



[www.mybodycoach3.com](http://www.mybodycoach3.com)

Le coach bien-être personnel et complet à la maison !

\* Sondage IPSOS Janvier 2012

[www.bigben.fr](http://www.bigben.fr)



Offrez-vous un coaching encore plus sur mesure avec

# My BodyCoach3

sur Kinect™ pour Xbox 360™

Après vos grandes vacances toniques ou relaxantes et avant les fêtes de fin d'année, **Bigben Interactive** vous propose en novembre de garder (ou regagner) la forme avec **MY BODY COACH 3** sur Kinect pour Xbox 360.

Cette simulation de fitness et de danse est réalisée en partenariat avec **Valérie Orsoni**, la célèbre coach des stars et expert en nutrition.

Pour encore plus réalisme et grâce à la technologie Kinect, l'intégralité du corps du joueur est scanné. Les conseils du coach sont ainsi encore plus précis lors de l'exécution des exercices.

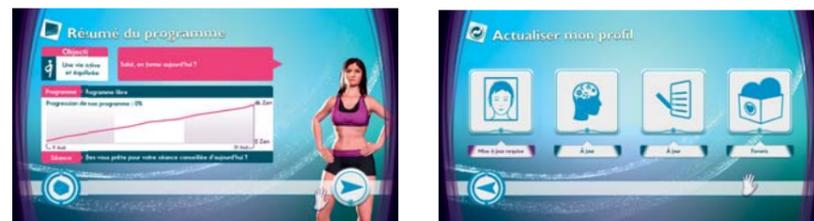


Ce jeu offre un **coaching** sur mesure basé sur le **bien-être** et parfaitement adapté au joueur, et toujours en musique.

Après la création d'un profil personnel et adapté, la coach l'oriente vers un objectif correspondant à son profil et à ses besoins.

La précision de la caméra Kinect reconnaît automatiquement le joueur, analyse la masse corporelle et met également à jour les données liées au joueur à chaque partie. Un programme et des exercices adaptés à la forme physique du joueur lui sont ainsi proposés.

Les parties du corps à travailler, la durée du programme et le but à atteindre sont ensuite paramétrables.



Pour garder la forme, l'activité physique est essentielle mais elle doit être accompagnée d'une alimentation adaptée.

**C'est pourquoi MY BODY COACH 3 comprend également des conseils nutritionnels élaborés par des professionnels de la diététique.**



Ils se présentent sous forme de nombreux menus équilibrés pour garder la forme, retrouver du tonus, perdre du poids.

Plusieurs centaines de menus répartis en plusieurs classes (de hypocalorique à hypercalorique) sauront répondre aux différentes attentes de chaque utilisateur et de ses besoins.

**Le calendrier proposé par la coach se compose de deux activités et d'un mode nutrition qui complète le programme proposé.**

- Le mode fitness réunit des exercices de cardio, d'étirements et de renforcement musculaire pour se sentir bien dans son corps.
- Le mode relaxation inclut des exercices de respiration et de méditation, du Body Balance ainsi que des exercices d'équilibre et de souplesse. De nombreux exercices de relaxation ont été ajoutés et s'inspirent du Yoga, du Qi Gong ou du Tai Chi. Ces exercices ont pour but de se sentir bien dans son corps mais aussi dans sa tête.
- Le mode nutrition propose des menus adaptés à l'objectif du joueur et des conseils nutritionnels.

**MY BODY COACH 3 sera disponible sur Kinect pour Xbox 360 le 09 novembre 2012 en Europe.**

