

BELLE VITALE

Santé hormonale pour les femmes.

Ça va changer la donne!!



J'attends ce programme avec impatience !! Car présentement je ressens vraiment ces symptômes, je ne me reconnais plus, je n'arrive pas à faire une nuit complète, j'ai des saut d'humeur, je suis imper sensible, donc c'est sure que je vais faire ce programme, on dirait qu'il conçu expressément pour moi !!

Tu ne te sens pas bien dans ta peau? Tu as du mal à obtenir des réponses? Cela peut être dû à tes hormones. Commence à te sentir à nouveau toi-même grâce au programme complet de mode de vie d'Autumn Calabrese conçu pour aider à améliorer la santé hormonale. À venir bientôt! Regarde la vidéo pour en savoir plus.

Comprendre la façon dont tes hormones interagissent est la clé pour optimiser ta santé, ta mise en forme et ton bien-être général. Saisis ton adresse courriel ci-dessus et Autumn t'enverra sa leçon exclusive Hiérarchie des hormones pour t'aider à en savoir plus sur la façon dont tu peux influencer ce système dynamique avec la nutrition, l'exercice et la gestion du stress.

Alors, n'attends plus : Inscris toi maintenant et commence à recevoir les outils et les conseils liés à la santé hormonale qui t'aideront à te sentir à nouveau toi-même.

Sorti au canada mars 2025



[Je veux m'inscrire sur la liste d'attente pour ce programme !!](#)

INFORMATIONS RELATIVES AU PROGRAMME BELLE VITALE

- Durée du programme : 12 semaines
- Équipement requis pour l'entraînement : système de résistance, sangles de Pilates et 3 nouvelles bandes, disques glisseurs Strength Slides et patins, ballon d'exercice et haltères

✳️ Un programme unique conçu pour les femmes et basé sur une approche globale de la santé hormonale ✨

Visionne la vidéo aperçu:

INFORMATIONS RELATIVES AU PROGRAMME BELLE VITALE

- Durée du programme : 12 semaines
- Équipement requis pour l'entraînement : système de résistance, sangles de Pilates et 3 nouvelles bandes, disques glisseurs Strength Slides et patins, ballon d'exercice et haltères

✳️ Un programme unique conçu pour les femmes et basé sur une approche globale de la santé hormonale ✨

Visionne la vidéo aperçu:

INFORMATIONS RELATIVES AU PROGRAMME BELLE VITALE

- Durée du programme : 12 semaines
- Équipement requis pour l'entraînement : système de résistance, sangles de Pilates et 3 nouvelles bandes, disques glisseurs Strength Slides et patins, ballon d'exercice et haltères

✳️ Un programme unique conçu pour les femmes et basé sur une approche globale de la santé hormonale ✨

Visionne la vidéo aperçu:

<https://www.youtube.com/watch?v=WzxMmleKRGa>



A person wearing a white sweater and blue jeans is holding a large black bowl. The bowl is filled with a salad of green lettuce, sliced tomatoes, and pickles. On top of the salad are two burger patties, a pile of golden-brown french fries, and a drizzle of yellow sauce. The background is a soft, out-of-focus green.

Une nutrition qui nourrit et guérit

L'excès de sucre, de glucides raffinés et de caféine peut contribuer à un déséquilibre hormonal et à des symptômes tels qu'une prise de poids inattendue, des troubles du sommeil, et plus encore. Belle Vitale t'aidera à apprendre ce qu'il faut manger et à quel moment, afin de nourrir ton corps, de te sentir bien et de te sentir rassasiée à chaque repas.



Des mouvements adaptés au corps de la femme

3 styles d'entraînement : musculation, cardio et Pilates qui imite ce que tu ferais sur un appareil Reformer ou Cadillac. Il est prouvé que cette combinaison unique contribue à améliorer la force, l'endurance et la flexibilité, et peut aider à améliorer les symptômes du syndrome prémenstruel, la sensibilité à l'insuline, les niveaux de cortisol et même à diminuer les bouffées de chaleur.



Réduis ton stress en quelques instants

Autumn partage des techniques de respiration simples qui ont fait leurs preuves pour aider à réduire le cortisol et le stress, diminuer la pression artérielle, calmer l'esprit et le système nerveux afin d'améliorer l'énergie et la concentration. Cela ne prend que quelques instants le matin, le midi ou avant de te coucher.



Des suppléments pour obtenir des résultats

Les deux suppléments propriétaires de Belle Vitale ont été soigneusement conçus avec des ingrédients clés étudiés cliniquement pour aider à soutenir la lutte contre le stress, à favoriser un métabolisme sain et à réduire les pics de sucre dans le sang après avoir mangé.



Jackie G.

57 ans

« Mes bouffées de chaleur et mes sueurs nocturnes étaient CONSTANTES et ont maintenant DISPARU! Mon brouillard cérébral s'est atténué et je ne suis plus fatiguée en fin de journée et en milieu de semaine! C'est un PROGRAMME COMPLET auquel mon corps répond très bien. »



Kristen R.

34 ans

« Pendant des années, j'ai lutté contre le fait d'avoir besoin de faire des siestes ou de ne pas pouvoir penser clairement. Cela a tout changé. La vie n'est plus aussi difficile. Je ne me sens plus dépassée par les tâches ordinaires. Je contrôle mes choix alimentaires pour la première fois de ma vie! »