

5 semaines pour perdre 5 kilos le tout pour une association caritative...

A l'initiative, un projet de radio réalité au niveau de Radio Riviera qui émet sur la Côte d'Azur et la Principauté de Monaco. Le principe : suivre sur 5 semaines deux individus l'un dans un Centre Power Plate® à Nice chez Pascal CUTTOLI et l'autre dans un Centre Power Plate® Monégasque. Au bout des 5 semaines, on regarde les résultats obtenus chez les 2 individus. Chaque semaine, Elizabeth LEWIS, co-présentatrice du «Full English Breakfast SHOW» donne ses impressions en direct sur 106.5 Riviera Radio et les résultats obtenus au fur et à mesure du challenge. En parallèle, les auditeurs parient sur les kilos qu'Elizabeth LEWIS perdra. Les sommes récoltées sont toutes reversées à une association caritative contre le cancer du sein.

« Afin de collecter de l'argent pour une œuvre de charité et pour retrouver la ligne après les fêtes de Noël, j'ai décidé de collaborer avec le Studio Power Plate® de NICE FABRON pour lancer le challenge radio intitulé « 5 semaines, 5 kilos ».

Sous les conseils et le coaching de Pascal CUTTOLI, j'ai suivi 5 semaines de programme Power Plate®, associé au NARL 517 et incluant la diète protéinée Start-Next de Power Plate®.

Une fois par semaine, on m'a pesé en direct de Radio Riviera par mes 2 collègues co-présentateurs à la fois sceptiques et sans pitié sur les résultats de ce challenge.

Le but fut de perdre 5 kilos en 5 semaines et de récolter de l'argent pour une association caritative contre le cancer du sein en sponsorisant par

les auditeurs les kilos perdus.

Chaque semaine, je me rendais à 3 séances de Power Plate® et en suivant la diète avec rigueur, j'ai facilement perdu les 5 kilos prévu dans le challenge et j'ai obtenu un gain en tonification qui m'a révélé des muscles dont j'ignorais l'existence...

Cette « expérience Power Plate® » fut facile, motivante, agréable et en plus couronnée de succès.

Je recommanderais donc la cure minceur Power Plate® associé au NARL 517 et à la nutrition à toute personne désirant perdre du poids, se tonifier, le tout dans une ambiance amicale, avec des coaches très compétents et, pour d'excellents résultats à la clé ! » Elizabeth LEWIS

« J'utilise le Power Plate® depuis maintenant presque une année, et les résultats de cette incroyable machine m'épatent. Elle est tout simplement géniale car elle permet de travailler les étirements, la circulation sanguine, la perte de masse grasseuse, la capillarisation, et tonifie la peau, en dehors du fait bien sûr qu'elle peut remuscler n'importe quelle personne, et ce sans aucun risque de blessure. Je la conseille vivement à tous ceux qui comme moi, aiment être en parfaite forme physique. »

Gérard LANVIN, comédien

« Grâce à cette miraculeuse machine, j'ai réussi à retrouver une très harmonieuse musculature en un temps record. »

Véronique GENEST, comédienne

« Après mes 2 bébés, la Power Plate® a été d'un grand secours ... ! »

Hélène SEGARA, chanteuse



POWER PLATE®



LEADER MONDIAL
ACCELERATION TRAINING

POWER PLATE®

La Power Plate a révolutionné le Monde du bien-être, de la beauté, de l'amincissement et de l'anti-âge. Le secret : tout le Monde cherche le maximum de résultats en minimum de temps.

TONIFICATION

Renforcer, Tonifier, Raffermer !

La Power Plate, avec ses accélérations spécifiques, permet d'obtenir en 6 fois moins de temps, les mêmes résultats qu'une activité physique traditionnelle. Vos muscles sont plus fermes, plus toniques et plus forts, sans avoir à porter de poids ou d'haltères grâce à l'accélération de la gravité.

« Je suis passée devant un centre de Power Plate. Quand j'ai vu le résultat, j'ai été convaincu. » Nathalie, Angoulême

« Le Power Plate permet d'obtenir un corps mieux galbé et le tout avec un coaching personnalisé » Chris, Saint Servan

« C'est la solution que j'ai trouvée pour rester tonique sans me priver. Depuis un an, j'ai découvert le Power Plate : c'est génial, cela fortifie les muscles exactement où on le souhaite ». Florence PERNEL, comédienne

AMINCISSEMENT

Affiner, Sculpter, Mincir !

La Power Plate® permet de contrôler en toute simplicité son équilibre muscle/graisse. En améliorant les troubles veino-lymphatiques, il est fréquent de perdre plusieurs centimètres dès la 6ème séance, la peau est lissée et la rétention d'eau chassée. Aussi, l'action musculaire permet d'augmenter le métabolisme de base, brûlant ainsi davantage de calories, chaque jour, sans efforts !

« Avec la Power Plate, on obtient de bons résultats d'amincissement. » Nina, Bayeux

« La séance d'une demi-heure correspond à deux heures de sport intensif. Les graisses brûlent et les muscles s'affirment. » Noëlla, Nantes

« Avec cette machine miracle, je vois la ligne de mon ventre se redessine et mes cuisses s'affinent sans perdre leur rondeur... » Paris

« La machine agit aussi sur la circulation sanguine, les graisses et même la cellulite. » Chambon Feugerolles

ANTI-AGE

Lisser, Densifier, Prévenir !

La Power Plate a obtenu le prix de la meilleure technique anti-âge en 2005. Son secret ? Repousser les limites du temps grâce à la stimulation simple et efficace des muscles, des tendons, des articulations, de la peau et du cœur. Le coaching de chaque instant permet d'adopter les meilleures postures, sans les contraintes de charges qui peuvent engendrer des traumatismes articulaires.

« Toutes les hormones diminuent avec l'âge. Du coup, soit on en manque, soit elles sont de mauvaise qualité, dans ce cas là, il faut prendre du suppléant. Je me suis remis au Power Plate car d'après mon médecin, Power Plate permet de stimuler la production d'hormone de croissance. » Pierre, Paris

« Les mouvements sont adaptés à tous et ne demandent pas de niveau sportif particulier. Elle va me servir pour faire de la relaxation après une séance de renforcement musculaire, à soulager les douleurs des jambes lourdes, à lisser la cellulite, à masser pour évacuer le stress. Vous verrez les résultats au bout d'un mois et demi, à raison de deux à trois séances par semaine. » West Gomez, Coach Paris

TÉMOIGNAGES SPORTIFS

Franck ESPOSITO, chef de file de la Natation Française et nouveau manager du Cercle des Nageurs d'Antibes et du Pôle France antibois, Multiple médaillé aux Championnats du Monde et d'Europe. Relais et individuel (papillon). « Notre rapprochement avec la société Power Plate® était tout naturel. Les nageurs du Pôle France d'Antibes sont des adeptes de la Power Plate® depuis plusieurs années. En effet, nos nageurs incluent cet appareil dans leur préparation pour différents objectifs tels qu'une prise de force rapide, l'amélioration de la souplesse



essentiel dans notre sport et une meilleure récupération à l'effort suite à une compétition ou à un entraînement. Power Plate® est véritablement un complément dans la préparation sportive du nageur en plus du travail traditionnel effectué dans l'eau. Power Plate® est devenu véritablement notre partenaire d'entraînement car la tester, c'est l'adopter. »

« Power Plate s'adapte à tous les besoins et au bout de dix séances on obtient un résultat concret et tangible. » Brigitte, Caen

« Je sculpte mon corps. Je ne suis pas près de m'en passer ! » Yolande, Paris, 37 ans

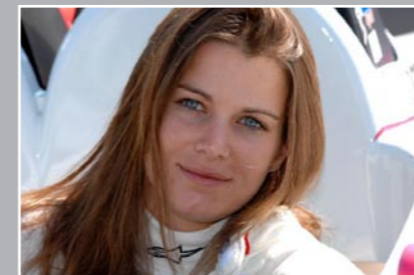
« Le plateau vibrant permet de faire travailler un muscle après un traumatisme en rééducation, sans lui imposer de poids. On obtient des résultats que seul ce mécanisme peut fournir, c'est pourquoi il a pris une telle importance dans l'arsenal thérapeutique. » Arnaud Carcassonne Kinésithérapeute et ostéopathe

« ...A Paris, je me suis mise au Power Plate®. »

Virginie EIFIRA, présentatrice TV

Marlène BROGGI, Pilote Trophée Andros

« J'ai découvert Power Plate® à travers différentes publicités et ma mère l'utilisait en institut. Elle m'a incité à l'essayer et comme vous le savez, l'essayer, c'est l'adopter... Quand je rentre de compétition, je réalise une séance de décontraction et de relaxation à l'aide du Power Plate®. Je trouve cette machine extraordinaire.»



Christophe LEBON, Finaliste aux Championnats d'Europe 2006 en papillon.

« En tant que papillonneur, je privilégie le travail d'étirements-souplesse et les séances de rééducation essentiellement sur mes membres inférieurs. L'utilisation de la Power Plate® s'intègre pleinement à mes séances effectuées dans l'eau. C'est un très bon outil pour travailler les fibres profondes qui sont mal exploitées d'ordinaire. Ce partenariat va véritablement me permettre d'optimiser ma préparation pour les Jeux Olympiques l'an prochain. »

Frédéric BOUSQUET, nageur de C.N. Marseille, Multiple médaillé aux

Championnats du Monde et d'Europe en relais et en individuel (nage libre) Détenteur du Record d'Europe du 50 nage libre



(petit bassin) « J'utilise actuellement la Power Plate® essentiellement au niveau des programmes de massage et de récupération. Jusqu'à maintenant, cela m'a été très bénéfique d'autant plus qu'il n'est pas toujours possible d'avoir un kiné à disposition pour la récupération. »

Alain BERNARD, Nageur du pôle France d'Antibes. Multiple médaillé aux Championnats du Monde et d'Europe en relais et en individuel (nage libre). Récent Recordman de France sur 50 et 100 NL (3ème et 2ème meilleure performance mondiale de tous les temps)

L'utilisation des vibrations est très efficace dans l'objectif de renforcer des zones bien ciblées. Pour ma part, je travaille essentiellement le dos, les lombaires et les jambes avec comme principal objectif, le renforcement musculaire. Nous allons chercher le « petit plus » que nous n'arrivons pas à atteindre lors d'une

Power Plate se réjouit d'être Fournisseur Officiel de l'Équipe de France de Ski jusqu'en 2010.



séance d'entraînement traditionnel dans l'eau et avec la musculation. Grâce à l'utilisation de la Power Plate®, j'ai véritablement constaté que j'avais amélioré mon renforcement musculaire et mes performances vont de paire puisque, j'établie la 2ème meilleure performance



mondiale de tout les temps sur 100 NL et la 3ème meilleure performance mondiale de tout les temps sur 50 NL.

Power Plate® France félicite toute l'équipe de l'ASM Clermont Ferrand Rugby, vice champion de France 2007, pour leur remarquable saison. Nous sommes très fiers d'avoir la confiance du staff dans la préparation et la rééducation des joueurs sur Power Plate® depuis 2 saisons !



Avec Power Plate, les ligaments, les muscles et l'ossature sont ménagés. » Gaëlle DROUIN, Kinésithérapeute à Paris