



wellbox X²

D É C O U V R E Z L E S P R O G R A M M E S W E L L B O X [®] 2

PROGRAMMES HOMME & FEMME

PROGRAMMES CORPS

OBJECTIFS	FEMME	HOMME	DURÉE
MINCEUR	Minceur haut du corps	Haut du corps sculpte	3 séances/semaine pendant 8 semaines
	Minceur bas du corps		
	Minceur total corps		
FERMETÉ	Fermeté haut du corps		3 séances/semaine pendant 8 semaines
	Fermeté bas du corps		
	Fermeté total corps		
CELLULITE	Goodbye cellulite		3 séances/semaine pendant 8 semaines
BIEN-ÊTRE	Récupération sportive	Récupération sportive	3 séances/semaine pendant 4 semaines. À renouveler quand on en ressent le besoin.

PROGRAMMES CORPS & VISAGE

OBJECTIFS	FEMME	HOMME	DURÉE
BIEN-ÊTRE	Détente absolue	Détente absolue	2 séances/semaine pendant 4 semaines (programme à faire le weekend). À renouveler quand on en ressent le besoin.
MAMAN (PRÉ/ POST PARTUM)	Future maman		3 séances/semaine pendant 8 semaines. période à éviter : 1 ^{er} trimestre
	Jeune maman		3 séances/semaine pendant 8 semaines
MÉNOPAUSE	Meno Perfect		3 séances/semaine pendant 8 semaines
BUSINESS	Business woman	Business man	3 séances/semaine pendant 8 semaines

PROGRAMMES VISAGE

OBJECTIFS	FEMME	HOMME	DURÉE
ANTI ÂGE ANTI-RIDES	Jeunesse visage	Jeunesse visage	3 séances/semaine pendant 8 semaines
	Total regard		
	Regard & lèvres		
FERMETÉ	Total lift		3 séances/semaine pendant 8 semaines
ÉCLAT BONNE MINE	Booster éclat	Booster éclat	3 séances/semaine pendant 8 semaines

1.

PROGRAMMES CORPS FEMME



MINCEUR HAUT DU CORPS / MINCEUR

Gommer bras, ventre, poignées d'amour pour pouvoir porter des hauts moulants sans complexes et se sentir bien dans son corps !

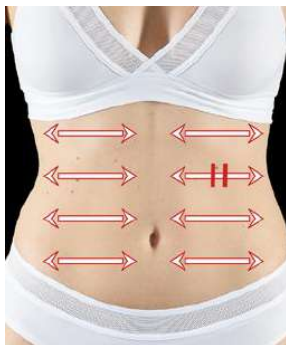
DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Bras affinés 6'

Ventre plat 6'

Taille fine 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice matin et soir sur les zones ciblées. En complément, optez pour le Concentré Brûle-Graisses, 2 gélules par jour, de préférence le matin, deux mois de suite pour des résultats optimaux. Graisses ciblées, formes retrouvées.



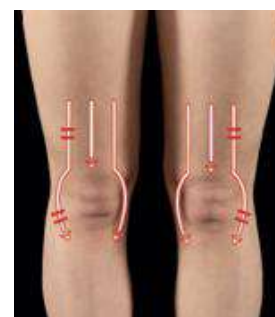
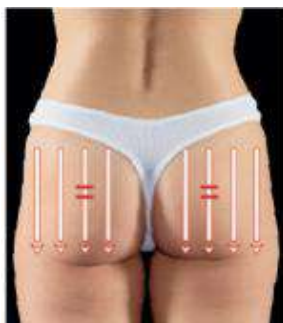
MINCEUR BAS DU CORPS / MINCEUR

Resculpter, estomper la peau d'orange et déstocker la culotte de cheval pour un bas du corps lissé et affiné.

DURÉE : 24 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Cellulite fesses 6'
Anti-culotte de cheval 6'
Intérieur cuisses affiné 6'
Genoux affinés 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice et/ou le Gel-crème Anti-cellulite matin et soir sur les zones ciblées. En complément, optez pour le Concentré Brûle-Graisses, 2 gélules par jour, de préférence le matin, deux mois de suite pour des résultats optimaux. Graisses ciblées, formes retrouvées.



MINCEUR TOTAL CORPS / MINCEUR

Un programme total minceur : ventre affiné, poignées d'amour & culotte de cheval gommées et fesses galbées.

DURÉE : 28 MINUTES

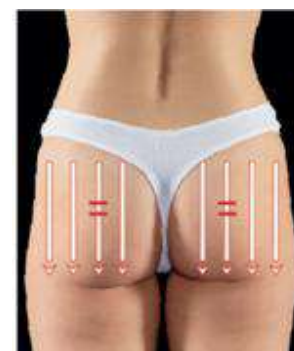
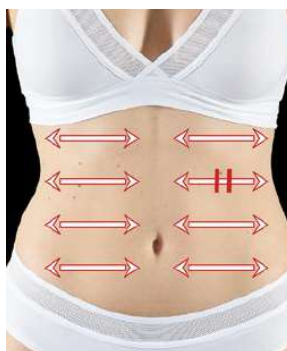
ZONES CIBLÉES

Ventre plat 6'

Taille fine 6'

Fesses galbées 6'

Cuisses affinées 10'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice matin et soir sur les zones ciblées. En complément, optez pour le Concentré Brûle-Graisses, 2 gélules par jour, de préférence le matin, deux mois de suite pour des résultats optimaux. Graisses ciblées, formes retrouvées.



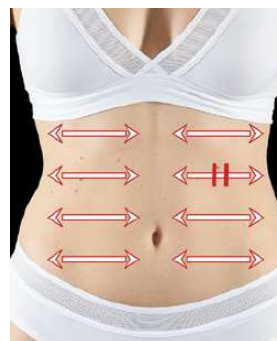
FERMETÉ HAUT DU CORPS / FERMETÉ

Raffermer le haut du corps : bras, ventre et décolleté, zone souvent oubliée ! Combat le relâchement cutané.

DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Bras raffermis 6'
Décolleté lissé 6'
Ventre raffermi 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez la Crème Fermeté Galbante, matin et soir et effectuez un massage circulaire sur les zones relâchées. En complément, prenez l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, à réaliser deux mois de suite ou le Collagène LPG® à prendre 2 mois de suite pour des résultats optimaux. Votre coach santé et fermeté de la peau !



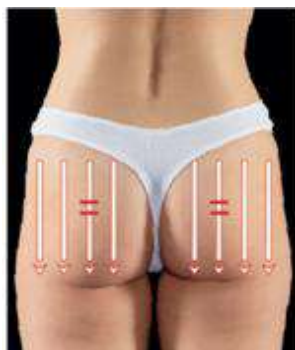
FERMETÉ BAS DU CORPS / FERMETÉ

Raffermer le bas du corps : fesses regalbéées et cuisses raffermies. Redonnez fermeté et tonicité !

DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Fesses galbées 6'
Cuisses raffermies 6'
Intérieur cuisses
raffermies 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez la Crème Fermeté Galbante matin et soir et effectuez un massage circulaire sur les zones relâchées. En complément, prenez l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, à réaliser deux mois de suite ou le Collagène LPG® à prendre 2 mois de suite pour des résultats optimaux. Votre coach santé et fermeté de la peau !



FERMETÉ TOTAL CORPS / FERMETÉ

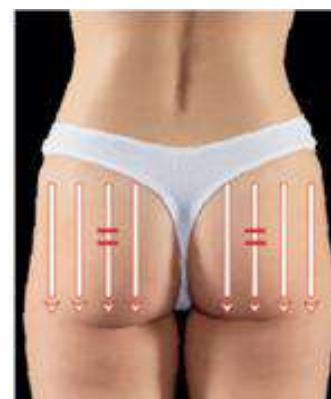
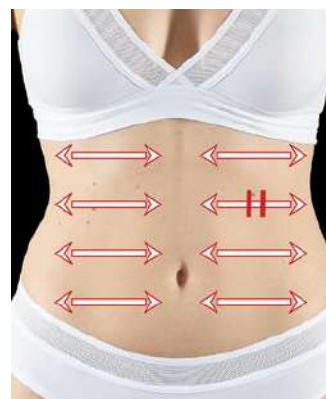
Un programme total fermeté pour un corps sculpté et raffermi. Redonnez fermeté et tonicité !

DURÉE : 30 MINUTES



ZONES CIBLÉES

Bras raffermis 6'
Ventre raffermi 6'
Fesses galbées 6'
Cuisses raffermies 6'
Intérieur cuisses
raffermies 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez la Crème Fermeté Galbante, matin et soir et effectuez un massage circulaire sur les zones relâchées.
En complément, prenez l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, à réaliser deux mois de suite ou le Collagène LPG® à prendre 2 mois de suite pour des résultats optimaux. Votre coach santé et fermeté de la peau !



GOODBYE CELLULITE / CELLULITE

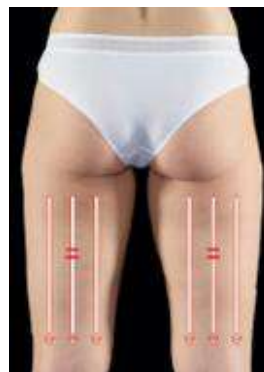
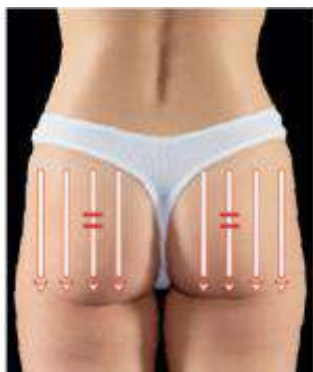
Regalber, gommer et lisser le bas du corps. Lisse l'aspect peau d'orange et les capitons tout en améliorant la circulation lymphatique.

DURÉE : 16 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Cellulite fesses 6'

Cellulite cuisses 10'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Gel-Crème Anti-cellulite et/ou le Sérum Intensif Anti-cellulite en massage circulaire sur les zones concernées. En complément, utilisez le Stop Peau d'Orange, de préférence le matin, 2 mois de suite pour un résultat optimal. L'allié incontournable contre la cellulite.



RÉCUP SPORTIVE / BIEN-ÊTRE

Soulager les douleurs musculaires et atténuer les courbatures après un effort physique.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Jambes légères 8'

Pieds légers 4'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

À renouveler quand on en ressent le besoin.

RECOMMANDATION COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES :

En complément, utilisez le Concentré Drainant, il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour une silhouette plus fine.





2.

PROGRAMMES VISAGE FEMME

JEUNESSE VISAGE / ANTI-AGE

Comble les principales rides du visage (front, ride du lion, ride d'amertume, pattes d'oies) et redessine les contours pour un visage lisse et ferme, naturellement.

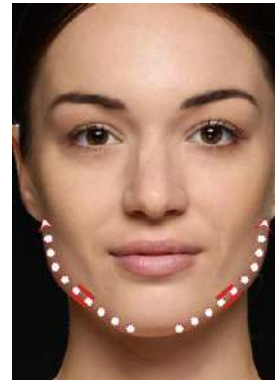
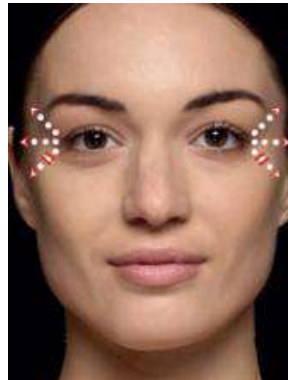
DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Front lissé 6'

Regard lissé 6'

Ovale redessiné 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI : Appliquez le Sérum Lift Raffermissant en tapotant délicatement puis appliquez la Crème Lift Raffermissante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté pour une absorption optimale. Revitalise les tissus en profondeur ! Terminez en appliquant le Fluide UV+ Défense Cellulaire en massant délicatement le visage, le cou et le décolleté pour une défense complète contre les signes du photovieillissement. Optez en complément pour l'Acide Hyaluronique LPG®, la molécule star d'une peau repulpée, 1 gélule par jour pendant le repas. Effectuez cette cure 2 mois de suite pour des résultats optimaux.



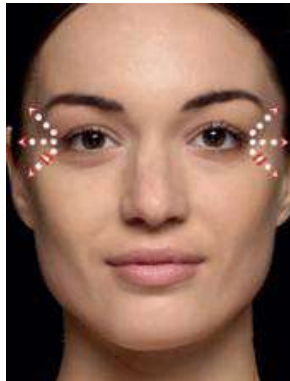
TOTAL REGARD / ANTI-AGE

Défroisse les rides d'expression, efface les cernes, atténue les poches. Vient ouvrir le regard et resculpte les paupières.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Regard lissé 6'
Regard defatigué 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Soin Regard ou le Baume Yeux, matin et soir sur le contour de l'œil, du coin interne de l'œil vers l'extérieur. Idéal pour diminuer efficacement les signes de fatigue pour un regard réveillé et en pleine santé.



REGARD & LÈVRES / ANTI-AGE

Cible spécifiquement les zones délicates du contour des yeux et des lèvres pour lisser ces zones fragiles et raffermir l'apparence de la peau.

DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Regard lissé 6'
Contour lèvres lissé 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Soin Regard matin et/ou soir, du coin interne de l'œil vers l'extérieur pour un regard lifté. En complément, appliquez le Sérum Lacté Lissant Repulpant puis la Crème Lissante Repulpante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement les lèvres pour révéler une jeunesse retrouvée !



TOTAL LIFT / FERMETÉ

Raffermit ces zones particulièrement fragiles et délicates : ovale, bajoues, cou, décolleté.

DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Ovale redessiné 6'

Cou lissé 6'

Décolleté lissé 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Sérum Lift Raffermissant puis la Crème Lift Raffermissante matin et soir sur le visage, le cou et le décolleté. Optez ensuite pour le Soin Nuit Régénérant Défatigant en appliquant une petite noisette le soir en massant le visage, le cou et le décolleté pour des rides réduites, une peau ferme et un teint reposé. En complément, prenez le Collagène LPG®, pendant 2 mois de suite pour des résultats optimaux. Le shot cacaoté raffermissant !



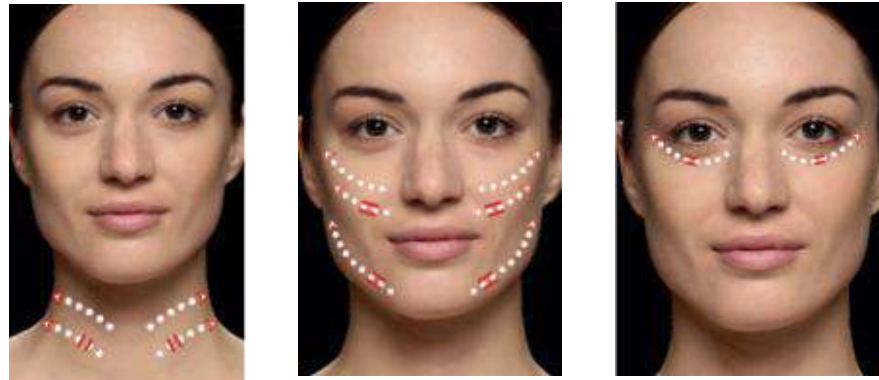
BOOSTER ÉCLAT / ÉCLAT

Redonne luminosité à la peau en relançant la microcirculation tout en estompant les marques de fatigue.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

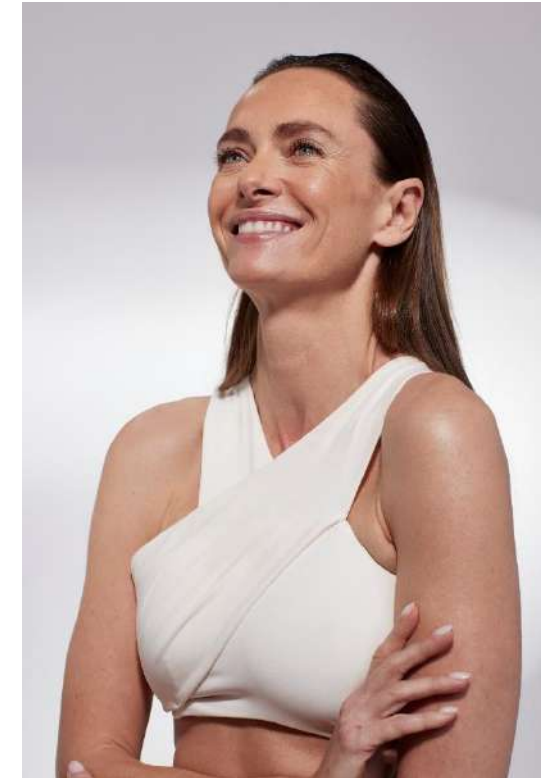
Coup d'Eclat 6'
Regard défatigué 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Baume Yeux, matin et soir, du coin interne du contour de l'œil à l'extérieur. Puis appliquez le Sérum Huile-en-Eau Réhydratant et la Crème Dynamisante Réhydratante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté. En complément, appliquez le Masque Cryo Dynamisant, 1 à 2 fois par semaine pendant 10 minutes. Effet bonne mine immédiat !



3.

PROGRAMMES CORPS & VISAGE FEMME



DÉTENTE ABSOLUE / BIEN-ETRE

Se détendre après une semaine chargée, relâcher les tensions, évacuer le stress, détoxifier l'organisme.

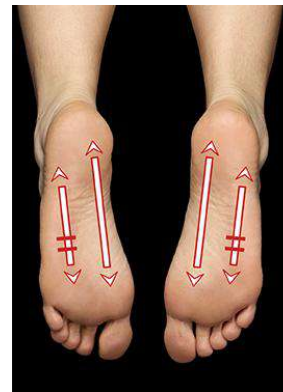
DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Epaules détendues 6'

Jambes légères 8'

Pieds légers 4'



FRÉQUENCE : 2 séances/semaine pendant 4 semaines (programme à faire le weekend).
À renouveler quand on en ressent le besoin.

RECOMMANDATION COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES :

En complément, optez pour le Concentré Drainant. Il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour retrouver légèreté et bien-être.

Vous pouvez l'associer au Complexe Stress-Sommeil en prenant 2 gélules par jour avant le coucher pour accompagner vos périodes de stress.



FUTURE MAMAN / PRE-POST PARTUM

Soulage les jambes lourdes souvent mises à rude épreuve et efface les signes de fatigue pour un effet bonne mine et un regard défatigué.

DURÉE : 20 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Jambes légères 8'
Regard défatigué 6'
Visage défatigué 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines. Période à éviter : 1er trimestre.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez l'Huile Experte Vergetures matin et soir en effectuant des massages circulaires doux sur les zones sujettes aux vergetures. Appliquez le Baume Yeux, matin et soir du soin interne du contour de l'œil à l'extérieur. Puis appliquez la Crème Riche Dynamisante Réhydratante matin et/ou soir sur peau propre en massant doucement le visage, le cou et le décolleté. En complément, prenez l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, à suivre deux mois de suite pour des résultats optimaux. Votre coach santé et fermeté de la peau !



JEUNE MAMAN / PRE-POST PARTUM

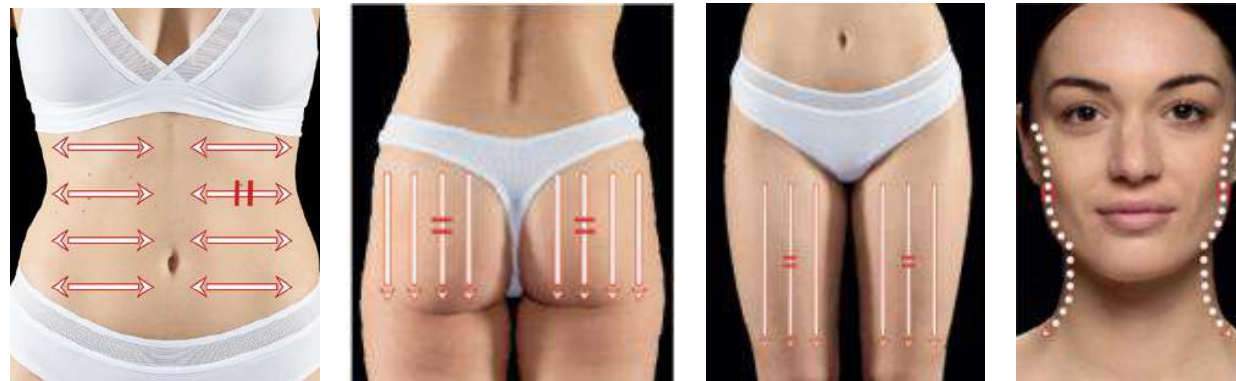
Retrouver petit à petit une silhouette harmonieuse. Efface les signes de fatigue dû aux nuits courtes pour avoir un visage détendu et une bonne mine.

DURÉE : 28 MINUTES



ZONES CIBLÉES

Ventre raffermi 6'
Cellulite fesses 6'
Cuisses affinées 10'
Visage défatigué 8'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines. Attendre le retour de couche pour la stabilité hormonale.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice, matin et soir sur le ventre et les cuisses, sauf en cas d'allaitement. Vous pouvez également les associer à l'Huile Experte Vergetures, en effectuant des massages circulaires doux sur les zones sujettes aux vergetures. Pour le visage, appliquez la Crème Lissante Repulpante, matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté.

En complément, prenez l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, pendant deux mois de suite pour des résultats optimaux. Votre coach santé et fermeté de votre peau !



MENO PERFECT / MENOPAUSE

Redonne à la peau rebond, souplesse et élasticité, lisse les rides et lutte contre le stockage graisseux.

DURÉE : 24 MINUTES

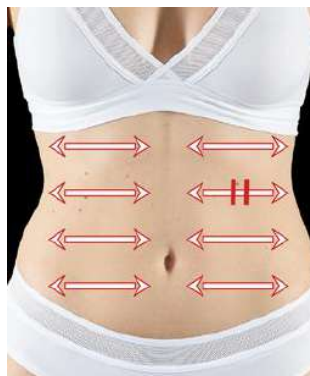
ZONES CIBLÉES

Ovale redessiné 6'

Ventre plat 6'

Taille fine 6'

Cuisse affinées 8'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Sérum Lift Raffermissant puis la Crème Lift Raffermissante matin et soir sur le visage, le cou et le décolleté.

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice, matin et soir sur les zones ciblées.

En complément optez pour l'Oméga LPG®, 2 capsules par jour pendant le repas, à réaliser deux mois de suite. Votre coach santé et fermeté de la peau !



BUSINESS WOMAN / FORME

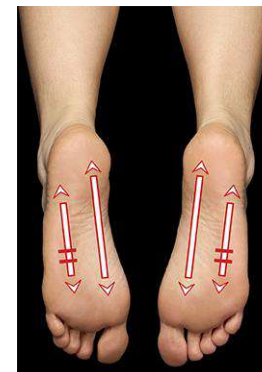
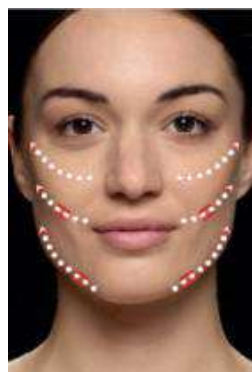
Efface les signes de fatigue dû aux journées chargées, au stress ; avoir bonne mine et le teint frais. Soulage les jambes lourdes après une journée en talons aiguilles.

DURÉE : 30 MINUTES



ZONES CIBLÉES

Regard lissé 6'
Visage défatigué 6'
Contour lèvres lissé 6'
Jambes légères 8'
Pieds légers 4'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez la Crème Lissante Repulpante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté. Optez ensuite pour le Soin Nuit Régénérant Défatiquant en appliquant une petite noisette le soir en massant le visage, le cou et le décolleté pour des rides réduites, une peau ferme et un teint reposé.

En complément, optez pour le Concentré Drainant, il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour une silhouette plus fine ! Ainsi que pour le Complexe Stress-Sommeil, en prenant 2 gélules par jour avant le coucher pour accompagner vos périodes de stress.



4.

PROGRAMMES CORPS HOMME



HAUT DU CORPS SCULPTÉ / MINCEUR

Gomme les graisses localisées sur le haut du corps.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Ventre resculpté 6'

Taille redessiné 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Gel Lipo-Réducteur ou la Crème Lipo-Réductrice matin et soir sur les zones ciblées (ventre et taille).

En complément, optez pour le Concentré Brûle-Graisses, 2 gélules par jour, de préférence le matin, deux mois de suite pour des graisses ciblées et une forme retrouvée.



RÉCUP SPORTIVE / BIEN-ETRE

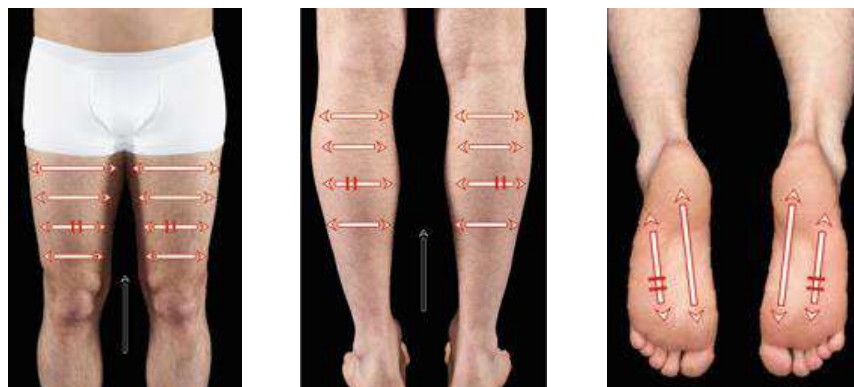
Soulager les douleurs musculaires et atténuer les courbatures après un effort physique.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Jambes défatiguées 8'

Pieds défatigués 4'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

À renouveler quand on en ressent le besoin.

RECOMMANDATION COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES :

Optez pour le Concentré Drainant, il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour que les jambes retrouvent légèreté.





5.

PROGRAMMES VISAGE HOMME

JEUNESSE VISAGE / ANTI-AGE

Comble les principales rides du visage (front, ride du lion, ride d'amertume, pattes d'oies) et redessine les contours pour un visage lisse et ferme, naturellement.

DURÉE : 18 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Front lissé 6'

Regard lissé 6'

Ovale redessiné 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI : Appliquez le Sérum Lift Raffermissant en tapotant délicatement puis appliquez la Crème Lift Raffermissante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté pour une absorption optimale. Revitalise les tissus en profondeur ! Terminez en appliquant le Fluide UV+ Défense Cellulaire en massant délicatement le visage, le cou et le décolleté pour une défense complète contre les signes du photovieillissement. Optez en complément pour l'Acide Hyaluronique LPG®, la molécule star d'une peau repulpée, 1 gélule par jour pendant le repas. Effectuez cette cure 2 mois de suite pour des résultats optimaux.



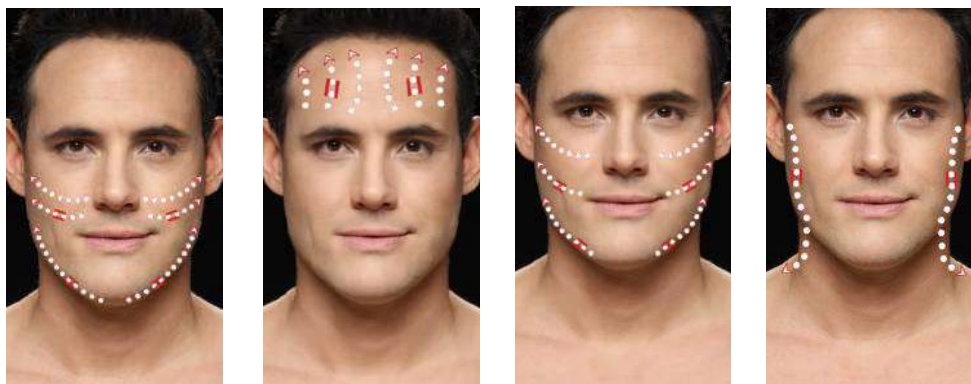
BOOSTER ÉCLAT / ÉCLAT

Redonne luminosité à la peau en relançant la microcirculation tout en estompant les marques de fatigue.

DURÉE : 12 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Coup d'Eclat 6'
Visage défatigué 6'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES :

Appliquez le Sérum Huile-en-Eau Réhydratant matin et soir, sur une peau propre. Puis appliquez la Crème Riche Dynamisante Réhydratante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage, le cou et le décolleté.

En complément, appliquez le Masque Cryo Dynamisant, 1 à 2 fois, par semaine, pendant 10 minutes. Effet bonne mine immédiat !



wellboX²

6.

PROGRAMMES CORPS & VISAGE HOMME



DÉTENTE ABSOLUE / BIEN-ETRE

Se détendre après une semaine chargée, relâcher les tensions, évacuer le stress, détoxifier l'organisme.

DURÉE : 20 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Epaules détendues 6'

Jambes défatiguées 8'

Visage défatigué 6'



FRÉQUENCE : 2 séances/semaine pendant 4 semaines (programme à faire le weekend).

A renouveler quand on en ressent le besoin.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez la Crème Riche Dynamisante Réhydratante, matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage et le cou.

Optez pour le Concentré Drainant, il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour une silhouette plus fine ! Vous pouvez l'associer au Complexe Stress-Sommeil, en prenant 2 gélules par jour avant le coucher pour accompagner vos périodes de stress !



BUSINESS MAN / FORME

Efface les signes de fatigue dû aux journées chargées, au stress, avoir toujours bonne mine.

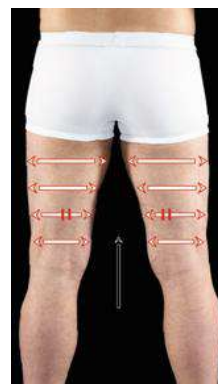
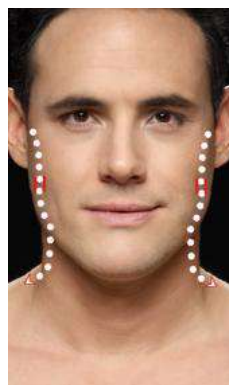
DURÉE : 20 MINUTES

ZONES CIBLÉES

Regard défatigué 6'

Visage défatigué 6'

Jambes défatiguées 8'



FRÉQUENCE : 3 séances/semaine pendant 8 semaines.

RECOMMANDATION COSMÉTIQUES & NUTRI :

Appliquez le Soin Regard matin et/ou soir, du coin interne de l'œil vers l'extérieur pour un regard lifté. Ensuite appliquez le Sérum Lift Raffermissant matin et soir en tapotant délicatement le visage puis la Crème Lissante Repulpanante matin et/ou soir sur peau propre, en massant doucement le visage et le cou.

En complément, optez pour le Concentré Drainant, il détoxifie et diminue la rétention d'eau pour une silhouette plus fine ! Vous pouvez le combiner au Complexe Stress-Sommeil, en prenant 2 gélules, avant le coucher, pour accompagner vos périodes de stress et améliorer la qualité de votre sommeil.

