



# Retrouver ton élan, libérer ton corps et harmoniser ton énergie



---

6 mois pour diminuer les douleurs et  
retrouver un corps libre, fort et confiant.

---

**À Corps Vaillant®**

*Le mouvement comme médecine*

[contact@acorpsvaillant.fr](mailto:contact@acorpsvaillant.fr) • [www.acorpsvaillant.fr](http://www.acorpsvaillant.fr)



## CE QUE TU VIS AUJOURD'HUI ?

Tu es fatiguée d'avoir :

- mal au réveil,
- des **tensions** qui reviennent sans arrêt,
- l'impression de **te battre contre ton corps.**

Tu as déjà essayé plein de choses...  
mais rien ne tient dans la durée.

- 👉 Ce n'est pas toi le problème.
- 👉 C'est l'approche qui n'a jamais été globale.





## CE QUE TU VEUX VRAIMENT ?

- ➡ Te réveiller **sans douleur**
- ➡ Retrouver de l'**énergie**
- ➡ Reprendre **confiance** en ton corps

Et surtout :

- ★ **Ne plus subir ton corps.**
- ★ **Pouvoir rebouger avec plaisir.**

*Ton corps n'est pas ton ennemi.  
Il t'appelle à bouger autrement.*

---



## COMMENT ON Y ARRIVE ?

Avec **Vitalité en Mouvement®** — un accompagnement de 6 mois

Un chemin en **3 étapes** :

1. **Comprendre & apaiser** (bilan + routines simples)
2. **Libérer & fluidifier** (mouvement + gestion du stress)
3. **Intégrer & renforcer** (autonomie + confiance)

● **Naturopathie + mouvement**

thérapeutique

● **1 séance/mois** (bilan + pratiques)

● **Suivi WhatsApp entre les séances** : *Tu n'es plus seule entre deux rendez-vous.*

---



Si ton corps te dit :  
**"C'EST LE MOMENT"** :

👉 Réserve ton appel découverte  
(gratuit)  
pour valider ensemble si **Vitalité en**  
**Mouvement®** est adapté pour toi.



[contact@acorpsvaillant.fr](mailto:contact@acorpsvaillant.fr)



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

À Corps Vaillant®

