

Sommeil perturbé ? Trop de stress ?

Laissez Alizee s'occuper de vous...



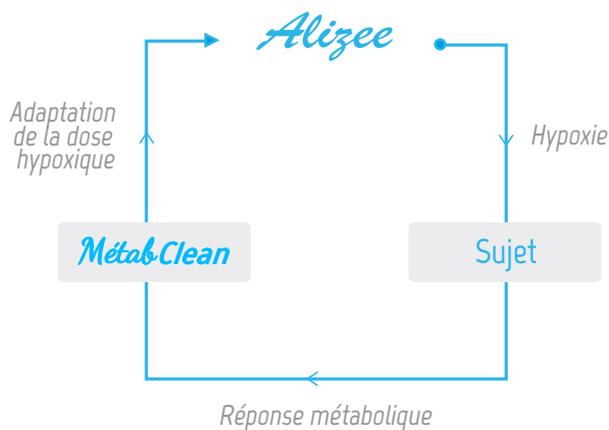
Alizee

Aujourd'hui, plus d'un tiers des Européens souffrent de troubles du sommeil. Ces insomnies souvent causées par le stress, ont des conséquences néfastes sur l'humeur, la concentration et la qualité de vie en général.

Alizee est une méthode originale et novatrice permettant de stimuler l'activité vagale du système nerveux central, induisant ainsi une meilleure aptitude au "lâcher-prise".

UN PROTOCOLE UNIQUE !

50 minutes installé(e) confortablement dans un fauteuil en écoutant de la musique et en respirant calmement via un masque relié à la machine Alizee, cette dernière vous fera découvrir les bienfaits de l'Hypoxie Aigue Adaptative (H2A).



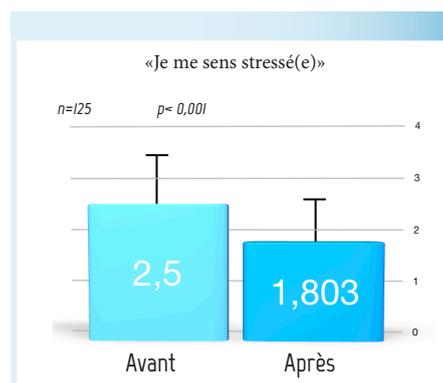
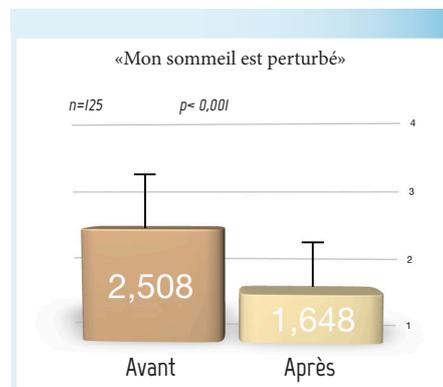
Qu'est-ce que l'H2A?

L'hypoxie est définie par une diminution de la quantité d'oxygène distribuée aux tissus par le sang. Cette situation métabolique peut être induite par un environnement particulier comme l'exposition à l'altitude qu'elle soit en milieu naturel ou simulée par le respirateur Alizee.

DES RÉSULTATS SIGNIFICATIFS !

Sur une population de 125 personnes souffrant d'insomnies et ayant bénéficié de 10 séances sur Alizee, **82%** ont déclaré ressentir une amélioration significative de la qualité de leur sommeil.

77% des sujets testés ont également déclaré une baisse significative de leur niveau de stress.



Protocole
SOMMEIL REPARATEUR

1 ÈRE SEMAINE : 3 SÉANCES

2 ÈME SEMAINE : 2 SÉANCES

3 ÈME SEMAINE : 2 SÉANCES

4 ÈME À 6 ÈME SEMAINE : 1 SÉANCE

Protocole de base :
10 SÉANCES

**540.-
CHF**

Protocole d'entretien :
1 SÉANCE PAR MOIS

**60.-
CHF**

Protocole
DESTRESS

1 ÈRE SEMAINE : 2 SÉANCES

2 ÈME SEMAINE : 2 SÉANCES

3 ÈME SEMAINE : 1 SÉANCE

4 ÈME À 8 ÈME SEMAINE : 1 SÉANCE

Protocole de base :
10 SÉANCES

**540.-
CHF**

Protocole d'entretien :
1 SÉANCE PAR MOIS

**60.-
CHF**

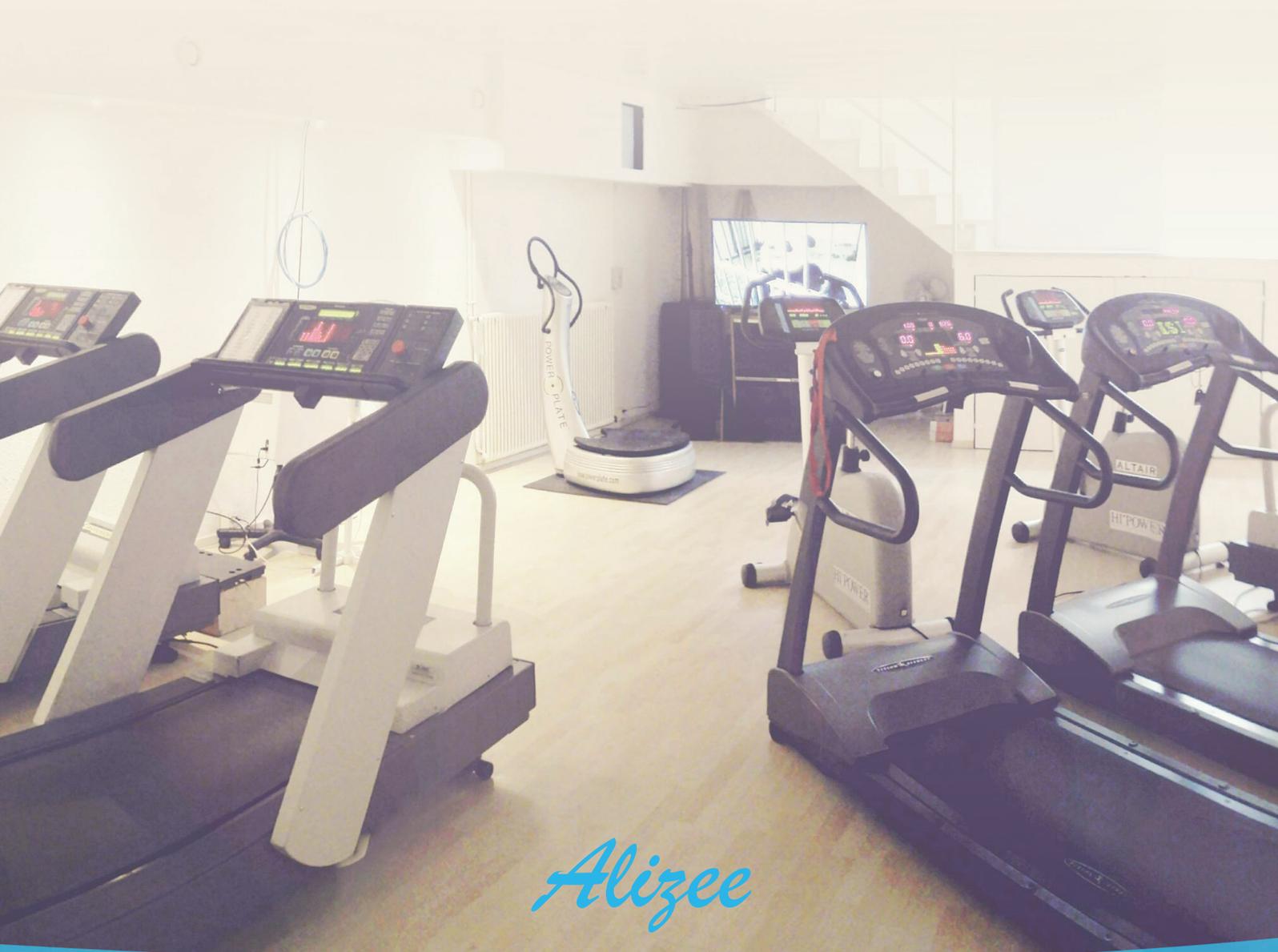
Alizee



Personal Trainer est un centre de compétences pour l'amélioration de la forme et du bien-être dans lequel vous êtes encadré(e) par des professionnels alliant une formation universitaire de très haut niveau et une longue expérience dans le domaine de l'activité physique adaptée, du sport et du bien-être.

Depuis 17 ans, Personal Trainer ne cesse d'innover et d'investir dans de nouveaux procédés visant à améliorer la forme physique et le bien-être.

13, Rue Sautter, 1205 Genève - Suisse
www.personaltrainer-geneve.ch
+4122 / 830 05 47



Alizee