

LA MÉTHODE **ACE**

APAISÉ - CONNECTÉ - ÉPANOUI

Comment obtenir le corps dont vous rêvez en 7 étapes clés ? Comment trouver l'apaisement grâce à une communication harmonieuse entre votre corps et votre esprit ?

Marine GARCIN vous livre à cœur ouvert la méthode qu'elle a créée pour perdre ses 18 kg en 6 mois. Ceci de façon naturelle, après des années de souffrance où elle a tout essayé.





De ses connaissances en nutrition, coaching et développement personnel, elle a conçu une méthode simple qui vous permet de récupérer votre pouvoir.

La méthode ACE comporte sept clés pour être :

- Apaisé dans votre mental
- Connecté dans votre cœur
- Épanoui dans votre corps.

Sept clés qui proposent : un regard nouveau sur la nutrition, et surtout, à vous aimer. L'amour n'est-il pas le sentiment ultime que chacun recherche ?

Et si vous gériez votre corps et votre santé comme un ACE, le service gagnant au tennis ?

-  Marine Garcin - Chiroenergetic
-  @chiroenergetic
-  ChiroEnergetic by Marine GARCIN
-  www.chiroenergetic.fr/



MG ÉDITIONS

LA MÉTHODE ACE

MARINE GARCIN D.C.

MARINE GARCIN D.C.

LA MÉTHODE

ACE

APAISÉ - CONNECTÉ - ÉPANOUI

— **CONSEILS ET EXERCICES** —

LES 7 CLÉS

POUR SE LIBÉRER DE SES BLOCAGES ET S'AUTORISER À ÊTRE SOI : GÉRER SES ÉMOTIONS, PERDRE DU POIDS ET RENFORCER L'ESTIME DE SOI

