



Santé, sport et détente, c'est l'effet combiné de Wahou !

Depuis trois semaines, un centre de remise en forme nouvelle génération vient d'ouvrir ses portes à Vendôme. Sa clientèle est autant sportive qu'en recherche de bien-être et même de soulagement de maux pour certaines activités.

«Nous ne sommes pas une salle de sport, Wahou propose quatre services, qui peuvent se combiner pour atteindre vos objectifs de vie et vous sentir en parfait équilibre, en accord avec votre âge, votre corps, votre situation personnelle», détaille Delphine Chorgnon, la gérante du centre situé à la

Pierre-Levée, au sud de Vendôme.

Un concept novateur pour Wahou Santé-Sport-Détente qui nous présente ces prestations originales. D'abord la cryothérapie, ou comment grâce à l'azote, le froid soulage les douleurs. «C'est un antalgique puissant et un anti-inflammatoire qui soulage les tendinites et les problèmes circulatoires. Avec une influence bénéfique sur le sommeil, le stress ou les migraines. Nous travaillons en partenariat avec des médecins, des chirurgiens et des kinésithérapeutes», souligne Delphine Chorgnon.

Ensuite l'aquabiking, lequel permet de pédaler dans des baignoires individuelles. «Par rapport à l'aquabiking pratiqué dans des piscines, le système que nous proposons s'adapte à votre désir, en mode automatique ou piloté avec des programmes établis par des kinésithérapeutes. De plus, des buses vous entourent et vous massent en même temps que vous pédalez», précise Delphine Chorgnon.

Troisième prestation, et non des moindres : la cryolipolyse pour perdre du poids là où vous le souhaitez (cuisses, ventre, fesses...). Et ce grâce à un procédé de froid entre 0°C et -5°C qui détruit votre graisse sous-cutanée qui disparaît naturellement en 3 à 5 semaines. « Aider les gens pour qu'ils soient mieux dans leur peau et leur redonner confiance. Reprendre par la suite une activité physique, c'est un peu cela le fil conducteur.»

Enfin le coaching individuel, à tous les niveaux, jusqu'à des groupes de quatre personnes. « C'est une des meilleures méthodes pour un véritable suivi. Après une première séance où l'un des cinq coachs du centre détaillera avec vous votre objectif, un programme personnalisé vous sera proposé afin de répondre à vos souhaits », détaille la gérante. Plusieurs coaching possible du sportif à la diététique pour gérer au mieux votre alimentation.

Le premier effet de ce nouveau concept c'est d'être à l'écoute et de construire à partir de vos desiderata le plan qui vous convient avec un encadrement particulier et personnalisé. Et c'est ouvert du lundi au dimanche, vous n'aurez plus d'excuse !

**Wahou Santé-Sport-Détente - Zone commerciale Intermarché -
La Pierre-Levée - route de Blois - Vendôme - 0 986 56 39 41 - leffet-wahou.fr**