



SIMONA RYCHTECKY

BIKINI DÉTOX

7 JOURS DÉPURATIFS

ALLÈGEMENT

PERTE DE POIDS

RECETTES VÉGÉTARIENNES

PRÉPARATION FACILE

CONSEILS MINCEUR

*DISPO TOUT L'ÉTÉ,
QUAND TU LE DÉSIRE!*

**QU'INCLUT CE
PROGRAMME?**



1

ALIMENTATION

**AFIN DE DÉTOXIFIER TON CORPS
ET À LA FOIS LUI AMENER DES
NUTRIMENTS DE QUALITÉ**



MENUS SIMPLES POUR LES 7 JOURS



PLANNING PRATIQUE



PHOTOS DES PLATS



LISTE DES COURSES



**POSSIBILITÉ DE PRÉPARER DES REPAS
À L'AVANCE**





CONSEILS MINCEUR

**AFIN DE SOUTENIR TA PERTE DE
POIDS ET TON BIEN-ÊTRE**



POUR LES ACTIVITÉS SPORTIVES



**POUR LE BIEN-ÊTRE MENTAL ET
ÉMOTIONNEL**



POUR DES RITUELS CORPORELS



POUR DES COLLATIONS SAINES



**POUR DES PRODUITS
COMPLÉMENTAIRES**



3

ACCOMPAGNEMENT

**AFIN DE TE SOUTENIR & MOTIVER
DANS LE PROCESSUS, RÉPONDRE À
TES QUESTIONS ET RÉSOUDRE TES
DOUTES**



**GROUPE WHATSAPP POUR LES CONSEILS,
LES PARTAGES, LES QUESTIONS ET LE SUIVI.**

L'ADHÉSION AU GROUPE EST OPTIONNELLE.



POSSIBILITÉ DE SUIVI INDIVIDUEL.

S

Prix

PROGRAMME DE 7 JOURS TOUT
COMPRIS

75.- CHF

Inscription



DIRECTEMENT SUR MA PAGE INTERNET

BIKINI DÉTOX
2026

