

Liliane GOEL  
Route du Télépherique, 26  
3967 Vercorin

## Attestation de participation

Nous, organisme de formation attestons par la présente que :

**Liliane GOEL**

A suivi la formation nutrition suivante : **Sport nutrition et compléments alimentaires**

**Date de la formation : Samedi matin 6 décembre 2014**

**Horaires : 09h00-13h00**

**Durée réalisée : 4h**

**Trainer: Didier Mariethoz**

**Contenu abordé:**

Connaissances et règles à observer pour augmenter les performances sportives et physiques par l'alimentation. Vous apprendrez également comment se nourrir avant, pendant et après une compétition sportive et comment accélérer la récupération. Ce séminaire vous apportera les connaissances sur les compléments alimentaires naturels capables d'améliorer les performances sportives dans différentes disciplines (course à pied, musculation, sports d'équipe, etc.)

La formation s'est déroulée dans nos locaux de formation à Mies.

Dans l'attente de vous retrouver, nous vous remercions encore de la confiance accordée à notre organisation,

**Mies, le 6 décembre 2014**

**FITS**



FITS PRO - 7a, route Suisse - 1295 MIES



Liliane GOEL  
Route du Télépherique, 26  
3967 Vercorin

## Attestation de participation

Nous, organisme de formation attestons par la présente que :

### **Liliane GOEL**

A suivi la formation nutrition suivante : **Ménopause, cholestérol et supplémentation perte de poids**

**Date de la formation : Samedi après-midi 6 décembre 2014**

**Horaires : 14h00-18h00**

**Durée réalisée : 4h**

**Trainer:** Didier Mariethoz

#### **Contenu abordé:**

Ce séminaire vous apportera les connaissances en diététique et en supplémentation nutritionnelle pour diminuer rapidement et efficacement l'excès de poids (graisse, cellulite) et les problèmes liés à la ménopause (bouffées de chaleur, prise de poids, irritabilité, fatigue, dépression, etc.)

La deuxième partie de ce séminaire sera consacrée au contrôle du cholestérol par l'alimentation et par des compléments alimentaires naturels.

La formation s'est déroulée dans nos locaux de formation à Mies.

Dans l'attente de vous retrouver, nous vous remercions encore de la confiance accordée à notre organisation,

**Mies, le 6 décembre 2014**

**FITS**



FITS PRO - 7a, route Suisse - 1295 MIES



Liliane GOEL  
Route du Télépherique, 26  
3967 Vercorin

## Attestation de participation

Nous, organisme de formation attestons par la présente que :

**Liliane GOEL**

**A suivi la formation suivante:** Hormones et nutrition

**Date de la formation :** le 7 février 2015

**Horaires :** 09h-12h00 et 13h00 - 18h00

**Durée réalisée :** 8h

**Trainer:** Dider Mariethoz

### **Contenu abordé:**

Ce séminaire très interactif vous apportera des connaissances générales du système hormonal avec l'étude des principales hormones et leurs rôles sur les performances physiques et psychiques et comment les booster avec l'alimentation ou des compléments nutritionnels. Durant ce séminaire, une évaluation de vos taux hormonaux personnels sans analyse de sang sera réalisée grâce à un bilan bionutritionnel basé sur vos symptômes cliniques

La formation s'est déroulée à SION.

Dans l'attente de vous retrouver, nous vous remercions encore de la confiance accordée à notre organisation,

**Sion, le 7 février 2015**

**FITS**

