



FORMATION SPORT-SANTÉ

Dans un esprit de communauté et de partage Pur Vitaé se lance dans l'événementiel. L'idée est de proposer une journée sportive, ludique et formatrice sous forme d'ateliers. Le premier *The Healthiest, a working day with Pur Vitaé* a vu le jour en décembre 2018 à CrossFit Hostilius. C'était une journée test pour permettre à l'équipe de s'échauffer avant d'attaquer une année 2019 riche en rencontres et nouveautés !



En revanche, pas question de placer ces journées dans un cadre trop didactique. Les formations sport-santé de Pur Vitaé sont conviviales, communautaires et instructives.

Comment Pur Vitaé choisit ses intervenants ?

Les intervenants sont des professionnels reconnus dans leurs disciplines. Ils sont pédagogues, sportifs, charismatiques et partagent les mêmes valeurs que Pur Vitaé (sincérité, bien-être et communauté).

« *J'apporte une part de théorie et de pratique (tips, transitions, pace ou gestion de l'effort, cycling, plannif...) en partageant un WOD ou deux avec les personnes venues participer à cette journée d'échange.* » Guillaume Magnouat, athlète et ambassadeur Pur Vitaé

et idéalement dosés pour une utilisation journalière efficace.

Lors de la journée *The Healthiest*, une partie de la formation est dédiée à la présentation du concept de la Wod Nutrition®. Les produits sont testés sur place permettant aux participants de ressentir les effets par eux-mêmes.

La Wod Nutrition®, création de Pur Vitaé, reprend l'expression *workout of the day*. Il s'agit d'une nutrition quotidienne adaptée aux besoins primaires de chaque sportif.

Comment faire pour s'inscrire à la formation sport-santé de Pur Vitaé ?

C'est une inscription 100 % en ligne sur le site purvitaé.fr. Les places sont limitées, n'hésitez pas à vous inscrire dès maintenant !

Pourquoi The Healthiest – Formation sport-santé ?

Pur Vitaé a toujours prôné un mode de vie sain par le sport et la nutrition. Lors de ces journées, le but est de faire prendre conscience de l'importance de la santé à travers la physiologie, la nutrition et l'activité sportive.

Dans cette formation, vous comprendrez le fonctionnement de votre corps afin d'adapter un style de vie plus « fit » et en cohérence avec vous-mêmes.

Pour compléter ce cadre de vie équilibré, l'activité physique a un rôle majeur. Lors des journées *The Healthiest* vous allez devoir mettre la main à la pâte et mouiller vos t-shirts à travers des ateliers théoriques (cours) et pratiques (exercices physiques).

Quel est le rôle des compléments dans le cadre d'une vie saine ?

Les compléments alimentaires Pur Vitaé sont naturels, fabriqués en France, étudiés

