

boost!
&
moi



LOL!
L'anti-stress idéal



**Mourir de rire ? Certainement pas !
Le rire est bon pour la tête
et pour le corps !**

100 % bon pour l'oxygénation du sang,
la circulation sanguine et la relaxation musculaire,

**le rire est simple et
accessible à tous.**

Vous recherchez une méthode naturelle
pour vaincre le stress ? RIEZ !

**Le rire est une activité
sportive.**

Figurez-vous que
rire 20 minutes apporte autant
de bien-être qu'une séance
d'aérobic, et sans une goutte
de transpiration ! Et oui, le rire
fait nos abdos et masse nos
organes internes.



**UNE MINUTE DE FOU RIRE ÉQUIVAUT
À 45 MINUTES DE RELAXATION, ON AURAIT
BIEN TORT DE S'EN PRIVER !**

Rire