



## Domyos Live, le fitness sans bouger de chez vous



Depuis un an, la marque Domyos propose à ses clients un service exclusif : le Domyos Live. Plus besoin de se rendre en salle pour participer à son cours de fitness, Domyos s'invite maintenant chez vous, et c'est gratuit !

C'est au cœur du siège international de la marque qu'on retrouve le Domyos Club (club de fitness). Afin d'offrir à chacun la possibilité de pratiquer son activité favorite, Domyos a équipé deux de ses salles afin de retranscrire en direct une cinquantaine de cours par semaine (Body Light, Body Jump, Pilates et Yoga).

Pour accéder aux cours du Domyos Live, il suffit de se rendre sur <http://www.domyos.fr/live> et de se créer un compte (gratuitement). Le site est accessible depuis tout type d'écran (smartphone, tablette, ordinateur ou TV connectée) pour un confort optimal.

En manque de fitness cet été, j'ai testé la formule Domyos, cours à distance en live, de qualité, plus vivants et stimulants que les cours en Dvd ! Au programme notamment 50 minutes de body boxe, digne d'un entraînement de poids moyens dispensé par un professeur que l'on n'a pas envie de décevoir, même à des centaines de km de distance !

Comme si on emmenait son coach en vacances !

Cours de Step, chorégraphie de niveau intermédiaire, et cours de CAF, tous deux conformes à ce que nous connaissons dans notre salle préférée. Bien d'autres cours restent à découvrir mais en conclusion, le concept est satisfaisant, une bonne alternative pour se dépenser où que l'on soit, (à condition toutefois d'avoir une bonne connexion internet) .... Comme si l'on emmenait son coach en vacances !

Un planning complet des prochaines séances est disponible sur le site, vous pourrez ainsi savoir précisément à quelle heure et quel jour de la semaine auront lieu les prochains cours par Domyos.

Nathalie

Voici quelques exemples de cours proposés :

- Body CAF
- Body Training
- Stretching
- Pilates
- Body Energy
- Body Ball
- Body Boxe...

