



en bref...

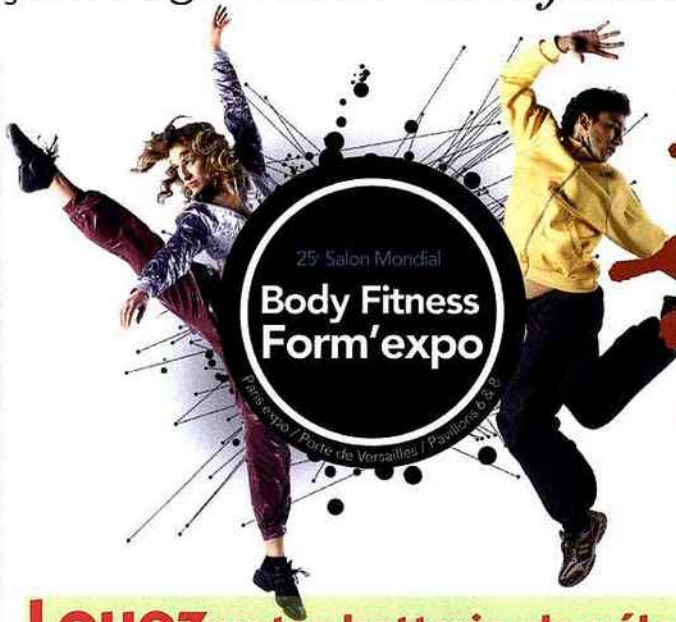
Ça bouge *autour de la forme!*

Par Suzy Jourdan



Vacances d'hiver sous haute protection

Sous les tropiques ou en altitude, si vous «bougez» cet hiver pour des vacances bien méritées, c'est sous haute protection que vous placerez votre peau en la confiant aux experts de l'ensoleillement extrême. La gamme Sunpass Outdoor Expert a été en effet spécifiquement conçue pour protéger efficacement sous les soleils extrêmes avec une formule particulièrement performante, facile à appliquer et sans ingrédients indésirables comme les parabènes. On aime la Crème au Silicium Anti-Rides SPF 50 qui nous mettra à l'abri du vieillissement prématuré induit par les UV !
En pharmacies, parapharmacies, boutiques de sport et sur www.sunpass.fr



25^e Salon Mondial
Body Fitness Form'expo

LOUEZ votre batterie de vélo !

Réseau Cyclable propose un service unique de location de batterie pour les vélos à assistance électrique. L'intérêt ? Favoriser le développement de ce moyen de locomotion bon pour la santé et la planète en en réduisant le coût. En effet, la batterie constitue le quart, voire le tiers du prix d'un VAE selon les modèles. Par exemple, un VAE de 1 999 € acheté chez Réseau Cyclable, ne reviendra qu'à 1 500 € sans la batterie. Batterie que l'acquéreur pourra ensuite louer 19,90 € par mois si elle est neuve ou 9,90 € pour une usagée. Une initiative intéressante qui fera sans doute franchir le pas à ceux qui hésitaient encore devant l'achat d'un VAE pour des raisons de budget.
Plus d'infos sur www.cyclable.com



Dans mon agenda...

25^e salon mondial Body Fitness Form'expo. Du 16 au 18 mars 2012 au Parc des Expositions de la Porte de Versailles à Paris. Equipements, entraînement, mode, coaching, nutrition... Cent exposants internationaux et plus de 200 marques représentées sur 17 000 m² dédiés au sport et à la forme. On y court !



Ne skiez pas sans lunettes !

C'est le conseil que donne l'AsnaV* aux amateurs de pistes blanches. En effet, selon l'association, 40 % des skieurs ne porteraient pas de lunettes de protection solaire lors de la pratique de leur sport préféré alors que la réflexion des rayons lumineux sur la neige est la plus élevée et peut atteindre 80 % ! Autre facteur de danger pour la rétine, l'augmentation des UV avec l'altitude, environ plus 10 % tous les 1000 mètres. Les yeux des enfants sont particulièrement vulnérables aux agressions des UV, pensez à leur faire porter en permanence des lunettes de protection solaire de catégorie 4**, comme pour les adultes qui bien évidemment seront là pour donner l'exemple !
*Association Nationale pour l'Amélioration de la Vue.
**Ne pas conduire avec ce type de lunettes.

Le bon (dé) clic !

www.coin-des-sportifs.com

Si le sport fait partie de vos bonnes résolutions pour 2012, commencez par trouver des partenaires, le meilleur moyen de maintenir la motivation au top toute l'année. Ce tout nouveau site est le premier réseau social entièrement gratuit pour sportifs, destiné à mettre en relation les passionnés de toutes disciplines pour une pratique commune. Un excellent outil pour trouver un compagnon de jogging ou encore monter une équipe de foot ou organiser des rencontres de tennis...

