



CJWVN

AUBEL

L'Abbaye du Val-Dieu
en musique



WELKENRAEDT

Les scouts

proxi.services

Cherchez, trouvez, gagnez 14

CONSULTEZ
NOS OFFRES



15
-
16

BRUNO BÉRIOT Coachier... les coachs!



CJWVN

Découvrez la nouvelle Opel Insignia

Les 8, 9 et 10 juin,
découvrez la nouvelle
Opel Insignia lors des
journées de lancement
chez Opel Renier



Une allure impressionnante, des innovations de pointe, elle dépassera de loin les attentes des plus exigeants !

14,0-8,7 L/100 KM 105-199 G/KM



OPEL RENIER. Le Service. Le VRAI.

Rue de la Clef, 6 • B-4633 Melen (Soumagne)
T 087 69 27 28 • info@garage-renier.be • www.opel-renier.be
Opel Renier, votre nouveau concessionnaire à Soumagne.

AVZ00012317pa

Des **châssis** et **portes**
sans soucis, depuis 40 ans.

Une **nouvelle équipe** très dynamique
est en place chez **Belisol Herve**.
Pour encore plus de service, de qualité
et d'innovation.



BELISOL
châssis et portes

HERVE

Outre-Cour 122
4651 Battice

087 301 301
herve@belisol.com

AVQAK00A 2317 5LE

SOUMAGNE

Précurseur et passionné

Bruno Bériot, directeur de Body Concept Training, est une référence dans le domaine du personal training. Souvent appelé pour des conférences et pour la formation de nombreux coaches, il se montre particulièrement à l'écoute. Rencontre avec un passionné !

Quand Bruno Bériot s'est lancé dans le personal training, en 2005, assez peu de monde croyait en lui. Il faut dire que l'accompagnement d'une personne sur mesure dans une démarche de changement physique et mental à partir des besoins qu'elle exprime n'était pas forcément très connu chez nous. Un peu plus de douze ans plus tard, c'est tout un réseau de coaches personnels que dirige le Soumaguard, avec toujours autant de passion. « Ce n'était donc pas qu'une mode, souligne-t-il. Et notre approche, centrée sur l'activité physique davantage que sur le sport et la performance, parle à beaucoup de monde. Il faut dire que dans le monde actuel, où on est assisté en tout, on insiste sans arrêt plus sur les bienfaits de l'activité. Il importe donc de bouger. Mais encore faut-il savoir



comment... » C'est là que Bruno Bériot et sa cinquantaine de collaborateurs interviennent, en se rendant à domicile par exemple, pour travailler en fonction des caractéristiques et des envies de chacun. Le tout pour un entraînement très complet qui travaille les muscles stabilisateurs, posturaux et primaires. « La confiance, l'écoute et l'aspect psychologique

sont primordiaux dans cette optique. Chacun est différent et on fait en fonction. Deux mêmes personnes avec un objectif identique emprunteront sans doute un chemin différent. À nous de les accompagner et de mettre en place ce qu'il faut pour permettre aux personnes d'y arriver. »

www.bc-training.be
J. W.

Pour joindre la rédaction locale

- Jérôme Wyn
jeromewyn@hotmail.com
- Davila Nogales Jordy
jordyfcb@hotmail.com
- Rixhon Romain
romain.rixhon@gmail.com

Pour placer une publicité



Christophe
MODOLO
0471/51 58 04
Christophe.Modolo@lavenir.net

Pour placer une petite annonce

Contactez-nous
081/23 62 71
petites.annonces@corelio.be

jouez & gagnez

100 BILLETS WIN FOR LIFE de la Loterie Nationale



Pour tenter votre chance, rendez-vous à la page **14**

DES LUNETTES QUI PARLENT À VOS OREILLES



à partir de
199€*

Prenez RENDEZ-VOUS dans notre centre pour un **BILAN AUDITIF** et un **ESSAI 1 MOIS GRATUIT** TOUS LES JEUDIS DE JUIN

Optique
du Coin de l'Oeil

Rue Mitoyenne 139 à WELKENRAEDT
Tél. 0800 99 219 ou 087 531 557

AudiVue

EN EXCLUSIVITÉ CHEZ AUDITION SERVICE _ 25 CENTRES EN WALLONIE _ Tél : 0800/99.219