

BRUSSELS INSTITUTE
Power Plate | Kinesis | VIP Complexe | Esthetische verzorging

HET BRUSSELS INSTITUTE INTEGREERT ESTHETISCHE VERZORGING

- **Afslankingsformule die de weldaden van Power Plate, de natuurlijke esthetische verzorging van Kinesis, het Vip Complex en het Nutripharm dieet combineert.**
- **Een schoonheidsformule gebaseerd op natuurlijke verzorging van het merk COLLIN of Dr. RENAUD naast exclusieve massages**
- **Afslanking, verjonging, versterking en tonificatie staan op het programma**

Een unieke formule in Brussel in een aangenaam en kalm kader

Sinds drieënehalf jaar laat Murièle Bertrandias en haar « personal trainers » haar leden een nieuwe op maat benadering ontdekken voor tonificatie en afslanking, dit alles terwijl men nog steeds zijn levensstijl behoudt zonder ontberingen. Vandaag de dag heeft ze besloten een nieuwe vorm van welzijn te integreren in haar Instituut door haar klanten, die zeer divers zijn, esthetische zorgen voor te stellen en natuurlijke en exclusieve massages.

Op de luxueuze Louizalaan, in het hart van Brussel, leidt deze Parisienne die gek is op Brussel een **atypische plaats**, die in niets lijkt op de traditionele sport- of fitnesscentra. Hier voert eigentijdse chic de boventoon. De inrichting werd toevertrouwd aan Jean-Luc Blais, een Franse architect en binnenhuisinrichter die alom geroemd wordt omwille van zijn talent.

De unieke formule in Brussel, die VIP Complex + Power Plate + Kinesis + Nutripharm+ esthetische zorgen combineert, is geboren uit de wil van Murièle Bertrandias om de vraag van haar klanten te beantwoorden: tonificatie, verjonging, slankheid en welzijn. Haar keuze viel op labels die zich bewezen hebben en waardoor haar leden kunnen genieten van een « lifestyle » coaching die volledig gepersonaliseerd is. Tegenwoordig onthaalt ze de jonge esthéticienne Nathalie Mbakanye om haar leden een « extra » in welzijn aan te bieden doorheen een kwalitatieve esthetische opvolging op basis van vermaarde natuurlijke producten.

Het Brussels Institute zet in op de complementariteit van de vijf goed functionerende middelen om energie te versterken en gewichtsverlies te vergemakkelijken, alleen te

gebruiken of in combinatie. Met een evenwichtige voeding zijn de resultaten die geleverd worden door Power Plate, Kinesis en/of Nutripharm en het VIP Complex verrassend. De combinatie van die technieken is ideaal voor mensen die hun lichaam willen hermodelleren en op zoek zijn naar **slankheid, verjonging en tonificatie**.

Nieuw:

Esthetische verzorging uitgevoerd door een jonge esthéticienne die is gepassioneerd door de natuurlijke weldaden van de zee en de planten: Nathalie Mbakaniye.

Het Brussels Institute wordt verrijkt met een kabine van uitzonderlijke zorgen. Om die te leiden heeft Muriel Bertrandias beroep gedaan op de talenten van de esthéticienne Nathalie Mbakaniye. Deze jonge esthéticienne is sinds 2005 afgestudeerd. Haar beroep is een echte passie. Ze heeft gedurende haar vijf jaar studie ervaring opgedaan, en heeft ook voor een thermisch instituut gewerkt alvorens zich als freelance te werpen in de sector van de gezichtverzorging en massages. Nathalie heeft ervaring op alle domeinen van de esthetiek en is voortdurend in opleiding. Ze heeft van gezichtverzorging haar expertisedomein gemaakt en van massages - waaronder de massage met zakjes - haar terrein bij uitstek. Om een brede keuze van behandelingen voor te stellen aangepast aan het gediversifieerd cliënteel werkt Nathalie Mbakaniye met een exclusief gamma van delicate gezichtverzorging van Collin.

De Collin gezichtverzorging:

Collin is één van de grootste Franse merken van gezichtverzorging. Deze zorgen, die nog niet zo bekend zijn in Brussel en Wallonië, zijn zeer kwalitatief. Ze combineren de competenties van de esthetische wereld met wetenschappelijke cosmetologie. Vandaar dat ze voornamelijk bestemd zijn om gebruikt te worden door specialisten in esthetische centra. Op basis van actieve moleculen die aanwezig zijn in de huid is de COLLIN verzorging zeer volledig en heeft de bijzonderheid diverse huidplagen tegelijkertijd te verzorgen.

Nieuw in 2011 : de crème rénovatrice ECLAT (een vernieuwende crème die vitamine C en collageen combineert). Zie technische fiche.

Dr Renaud gezichtverzorging

Nieuw in het gamma van Dr Renaud : een stralende huid op basis van Carotte (wortel). Zie technische fiche.

Power Plate ontcijferd : tonificatie, anti-cellulitis en krachtraining

Power Plate levert **trillingen** door het hele lichaam en alle spieren met behulp van een vibrerende plaat, die de spieren doet samentrekken, wat de doorbloeding bevordert. Alle pezen, spieren en gewrichten worden daarbij betrokken en gaan aan het werk en worden sterker door het samentrekken en weer ontspannen. Het in de **sport, esthetica en medische** sector ontwikkelde Power Plate systeem, is wijd verspreid in de Verenigde Staten en Frankrijk. Het is geschikt voor mensen met een zittend beroep en voor actieve sportlui.

Het helpt doeltreffend voor **cellulitisbestrijding, gewichtsverlies en verbetering van de lichaamsconditie** van de beoefenaars. Power Plate toestellen zorgen ook voor een snelle, doelgerichte versterking van de spiermassa, wat een perfecte **voorbereiding** is op **sporten** als golf, fietsen en wandelen.

De Power Plate omkadering ontwikkeld door Murièle Bertrandias

De specificiteit van het centrum van Brussel is **een op maat omkadering door een professionele coach**. De omkadering door een coach is onmisbaar om de gebruiker te

helpen zijn doelstellingen te formuleren, de oefeningen uit te voeren en ze te doen evolueren in functie van de behoeftes.

Met Power Plate worden spieren voor 97% gebruikt, al het spierweefsel komt in actie! **Een maximum aan actie, dus ook een maximum aan doelgericht werk. Dit alles zonder inspanning noch tijdverlies** in een minimum van twee sessies van 20 minuten per week. Dank zij die optimale doeltreffendheid en de verhoogde spieractiviteit, **bereikt u in 20 minuten hetzelfde effect als met anderhalf uur training in een traditioneel sportcentrum!**

Kinesis : tonificatie en cardio

Het Brussels Institute stelt sinds 2 jaar haar meer ervaren leden die op zoek zijn naar perfectie een apparaat voor waarmee tonus en spierontwikkeling geoptimaliseerd worden : de **Kinesis**. Het zorgt ervoor dat men doelgericht aan spieropbouw kan werken door zich te richten op spierketens.

De **Kinesis Personal** werd bedacht en ontwikkeld door Technogym en werkt op de natuurlijke bewegingen en de lenigheid. Kinesis Personal werkt globaal op de gespannen spieren in dankzij een weerstandssysteem dat constant actief is ongeacht de uitgevoerde beweging. Een sessie, steeds begeleid door een coach, kan gericht zijn op het hele lichaam of op een deel van het lichaam met een bepaald doel voor ogen (**tractie, uitrekken en souplesse, coördinatie, "cardio" versnelling**).

VIP Complex, een snel verlies aan centimeters en hermodellering van het gezicht/ silhouet

Sinds mei 2010 biedt Muriel Bertrandias, directrice van het Power Plate Instituut in Brussel, haar klanten op zoek naar perfectie, de mogelijkheid een nieuw toestel te ontdekken waardoor ze hun afslankings doelstellingen kunnen optimaliseren : het **VIP Complex**.

VIP Complex, dat bestemd is voor het **afslanken** en **verstevigen** van het lichaam en het gezicht, maakt een snel verlies van centimeters mogelijk en de vermindering van cellulitis vanaf de eerste sessie. Het is de ideale formule voor esthetische verzorging van het gezicht en het lichaam. Verminderen van rimpels, lifting effect, hermodellering van het silhouet, de buik, de borsten, de billen, rijbroek (hooggelegen cellulitis) ... en de dubbele kin.

In een sessie van slechts 30 minuten is het al mogelijk **verschillende centimeters te verliezen** op een bepaald deel van het lichaam: dijen, buik, billen,... of anders gezegd, de plaatsen waar vet en cellulitis de neiging hebben zich op te hopen. Het VIP Complex verjaagt de slechte toxines om plaats te laten aan een meer gezonde en gladde huid.

Samenwerking met Nutripharm

Het **Power Plate Institute** nodigt haar leden (mannen en vrouwen) en hun vrienden uit om de diëtistes van **Nutripharm** te ontmoeten. Op die gelegenheid hebben ze de mogelijkheid om een dieet te beginnen dat aangepast is aan hun behoeftes. Tijdens de hele duur van het dieet worden ze gevolgd door een diëtiste die hen helpt hun doelstellingen te bereiken. In combinatie met Power Plate en Kinesis sessies die worden omkaderd door een coach of met cardio activiteiten, werpt de formule haar vruchten af. Murièle Bertrandias heeft gekozen om een partnerschap aan te gaan met Nutripharm omdat de voorgestelde producten gevarieerd en smakelijk zijn en het didactische materiaal dat wordt voorgesteld helder en volledig is.

Haar leden kunnen genieten van een voedingscoaching op maat, naar het voorbeeld van de omkadering die wordt voorgesteld door Power Plate. Nutripharm, een filiaal van de farmaceutische groep Mylan, is één van de enige firma's die, in het gebied van proteïnen, **haar eigen producten**, op basis van een precies lastenboek, **laat produceren**. Hierdoor worden de Nutripharm producten door de klanten beschouwd als de beste op de markt.

Nutripharm stelt verschillende benaderingen voor om te vermageren, waarvan het voornaamste instrument haar gamma proteïneproducten is. Voor meer gewichtsverlies geeft een diëtiste van Nutripharm raad omtrent het Nutripharm Dieet (= proteïnesparend dieet). Voor de mensen die minder kilo's willen verliezen, raadt Nutripharm het « Afslankingsprogramma» aan of een klassiek caloriearm dieet dat één of meerdere vervangmiddelen voor proteïnemaaltijden bevat per dag. Anders gezegd, er zijn verschillende afslankingsmethodes beschikbaar maar ze hebben allen één en hetzelfde doel: de voorbode zijn van een **verandering van de voedingsgewoontes** om zo het **gewicht te stabiliseren**. Vanaf het begin bepaalt een Nutripharm diëtiste het meest aangepaste model voor elke persoon.

Murièle Bertrandias, portret van een vrouw met passie

Murièle Bertrandias is Française. Ze kent België goed, en is er een twintigtal jaar geleden verliefd op geworden. Het is op haar initiatief en met de hulp van Power Plate Frankrijk (distributeur van de centra) dat het Brussels Institute haar deuren opent. Geen enkel centrum met een officieel label bestond daarvoor in België, terwijl er in Frankrijk meer dan 200 zijn.

Murièle Bertrandias werkte voor grote bedrijven in de **beauty en gezondheidssector** als managementopleider in deze veeleisende bedrijfstak. Na een carrière waarbij de **passie voor het vak en drang tot kennisoverdracht** de hoofdrol speelden, besloot ze haar horizons te verleggen en zich helemaal te wijden aan dit **revolutionaire** systeem. Een systeem dat ze bij toeval ontdekte door binnen te stappen bij het Parijse Power Plate center op de avenue Niel.

Als superactieve vrouw die wegens tijdgebrek niet echt sportief was, werd ze een adept van het center, **overtuigd door de doeltreffendheid van de apparatuur, de eenvoud van de oefeningen en de snelheid waarmee resultaat geboekt wordt**. Overtuigd van het weldoend effect van dit systeem op het algemeen welbevinden, de bloedsomloop en de spierversterking, besloot ze zich toe te leggen op de ontwikkeling en uitbreiding ervan in België waar het nog nauwelijks bekend is.

Sinds een jaar heeft Murièle Bertrandias haar aan afslanking gewijd actieterrein verbreed en stelt ze Kinesis voor alsook gratis dieetadvies en gepersonaliseerd dieet in samenwerking met een gespecialiseerd team van Nutripharm.

Ze werd opgeleid aan het Vip Complex door Vip Italia.

Nieuw : gezondheidsparcours Cardio en Detox in Terkamerenbos

Elke zondag stellen Murièle Bertrandias en haar team u een gezondheidsparcours voor. Een sessie cardio en detox in de open lucht van het Terkamerenbos in Brussel. Vetrek aan het Brussels Instituut (Instituut Power Plate) Louizalaan, 111. Het is mogelijk de groep te vervoegen om 10u00 voor Chalet Robinson.

De activiteit brengt een twaalfstal mensen samen en omvat lopen, oefeningen en spelletjes. Dit alles onder het geleide oog van een professionele coach. De sfeer is ontspannen en het niveau is toegankelijk voor iedereen, ervaren sporters of debutanten.

Wanneer ? Alle zondagen. Vertrek ? 9u30 aan het Institute of 10u in Terkamerenbos, Chalet Robinson. Prijs ? 120 € voor 4 sessies met coach. 200 € voor 8 sessies en 35 € per sessie. Info en inschrijvingen aan het onthaal van het Brussels Institute

Prijs :

10 VIP sessies + 3 sessies : 499 €

10 Power Plate / Kinesis sessies : 200 €

20 sessies Power Plate / Kinesis : 380 €

(de Nutripharm producten zijn niet inbegrepen in die prijs)

Adres :

Brussels Institute – Louizalaan 111 – 1000 Brussel

www.institute-bruxelles.be