



Fitness & JYM



#EEEEEE

(fond)

#A5CE63

25

Se connecter

45

20

175

S'inscrire

Police : Inter

165

65

Bienvenue chez nous !

Laissez-nous vous guider.

25

Prénom

10

Nom

| 20

Entrez votre adresse email

Adresse

Ville

Code postal

Mot de passe

Inscription

Vous avez déjà un compte ? [Connectez vous](#)

Connexion

Connectez-vous pour accéder à l'application



Adresse mail

Mot de passe

Connexion

Vous n'avez pas de compte ? [Inscrivez vous](#)



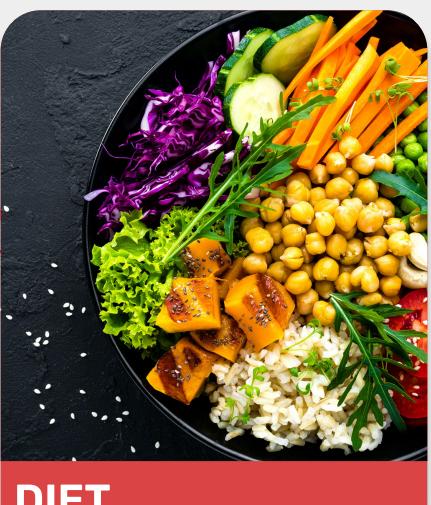
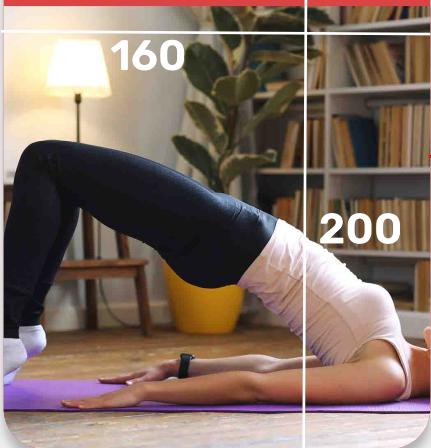
Aujourd'hui

50

25 Suggestion du jour

30

TRAINING



#db4444

Mon programme en cours

30

VOUS N'AVEZ PAS ENCORE DE PROGRAMME EN COURS

90

Police : Rubik

Ma liste de recettes

VOUS N'AVEZ PAS ENCORE DE LISTE DE RECETTES

Créer une liste ➔

#5f3b98



10

Accueil



15



15



Aujourd'hui

Mon programme en cours

VOUS N'AVEZ PAS ENCORE DE PROGRAMME EN COURS

Les programmes JYM

PROGRAMME 1

DURÉE
OBJECTIF
TYPE DE SPORT

INTERMÉDIAIRE

PROGRAMME 2

DURÉE
OBJECTIF
TYPE DE SPORT

INTERMÉDIAIRE

PROGRAMME 3





Aujourd'hui

Recettes vedettes :

REPAS



KARAAGE DON

Féculents

Rapide



Ma liste de recettes

VOUS N'AVEZ PAS ENCORE DE LISTE DE RECETTES

Créer une liste ➔

