

CONCEPT N°1 EN EUROPE



*Lady* fitness®

30 MIN CIRCUIT MINCEUR POUR FEMMES



**97%**<sup>(1)</sup>  
de réussite

6 programmes fitness & minceur :

- Perte de poids
- Ventre plat
- Fesses fermes
- Body buste
- Cuisses galbées
- Programme personnalisé

(1) 97% : Résultats prouvés scientifiquement. Tests réalisés sur un échantillon de 208 adhérentes à Lille.

### ■ Mincir

Augmenter les performances de votre métabolisme de base grâce à notre circuit minceur mis au point exclusivement pour les femmes.

### ■ Se tonifier

Être musclée afin de brûler plus de calories chaque jour grâce au contrôle cardiaque : des résultats rapides avec votre coach.

### ■ Le rester...

Avoir une alimentation équilibrée. Nos équipes et notre programme diététique personnalisé vous aident à conserver vos acquis.

# Une méthode exclusive

qui répond aux attentes de toutes les femmes

## 1 Circuit 30 minutes

- Échauffement sur elliptiques jusqu'à 130 battements par minute (70% de la fréquence cardiaque maximale)
- 16 postes spécialement conçus pour les femmes
- 1 minute intensive par poste de travail

## 2 Suivi cardio personnalisé

- Amincissement grâce au travail cardio-vasculaire
- Ceinture cardiaque personnalisée permettant le contrôle de la fréquence sur écran
- Tonification grâce au travail sur machines à air (sans poids ni manipulation)
- Coach diplômé d'Etat à disposition
- Bien-être physique et mental

## 3 Suivi diététique

- Plan alimentaire
- Diététique appropriée pour une perte de poids assurée ou un maintien du poids de forme
- Coaching diététique sur internet
- Recettes minceur détaillées
- Suivi personnel



## Des espaces dédiés

Un concept complet pour le bien-être et la remise en forme complète du corps :

### Institut de beauté

**Lady** esthétique  
Centre de soins  
de beauté et  
de bien-être

### Espace UV

**sunlady**  
Centre de bronzage

### Suivi diététique sur internet

**ladydiet.com**

### Revue de presse



C'est l'endroit à la mode pour garder la ligne. L'échauffement sur elliptique a pour but de faire monter le rythme cardiaque. Ensuite les machines à air font travailler tour à tour le ventre, les bras, la poitrine, les cuisses et les fesses à une cadence chronométrée. Toutes les minutes en effet, au "gong" on change de poste. 97% des femmes disent avoir obtenu des résultats.

Extrait du magazine **ELLE** Septembre 2007

En trente minutes chrono, on vous fait passer d'un exercice à l'autre. Sous l'oeil attentif d'un coach, on acquiert en un minimum de temps ventre plat, fesses fermes et cuisses galbées, car ce circuit, renouvelé toutes les semaines, a été conçu uniquement pour les femmes.

Extrait du magazine **MARIE CLAIRE** Octobre 2007

# 100% Réservé aux femmes

# Un concept innovant et performant

Travaux de rénovation du local de Clermont



## ■ Un agencement réfléchi

A l'intérieur :

- Des espaces accueillants
- Un mobilier esthétique et fonctionnel
- Une ambiance douce aux lumières tamisées
- Un univers olfactif bio-aseptisant
- Une décoration étudiée et relaxante
- Des vestiaires spacieux et casiers individuels
- Une musique d'ambiance



A l'extérieur, des enseignes et une signalétique spécifiquement étudiées permettant une identification rapide au réseau.

## ■ Une communication performante

La communication, une des étapes les plus importantes pour lancer rapidement son centre Lady Fitness.

Lady Fitness vous fait bénéficier de son savoir-faire en terme de communication, par l'intermédiaire d'une agence qui étudie et crée de nombreux supports pour imposer chaque centre comme leader dans sa ville.

**fitness news**  
FÉMININE - JANVIER 2008 - N°1

**Jeudi 24, Vendredi 25 et Samedi 26 Janvier 2008**  
*Journées de folie!*  
**MEGA PROMO ANNIVERSAIRE**  
Un cadeau offert à chaque visite\*

**JUSQU'AU 15 FÉVRIER 2008**  
**80€\***  
**OFFERTS**  
OU 2 MOIS DE PLUS pour tout abonnement annuel Lady Fitness

**100% Réserve aux femmes**

**80€\***

**Lady Fitness**  
100% Réserve aux femmes

**100% Réserve aux femmes**

**Coach**

**97%**

**LE MOIS MINCEUR**  
Renseignez-vous vite à l'accueil

**TAILLE 38**  
C'EST POSSIBLE

**4**  
**8**

**CHANGE YOUR BODY**

**100% Réserve aux femmes**

**Lady fitness**

# ➤ Déjà 50 clubs et un objectif de 70 fin 2008



Depuis 10 ans sur le marché de la minceur et de la remise en forme, **nous avons constaté que toutes les femmes veulent être belles, sans dépenser trop et sans prendre rendez-vous.**

Le marché du bien-être au féminin, la prise de conscience de soi et le coaching personnalisé sont en pleine expansion : notre concept répond à cette demande croissante.

## Un concept clés en main :

- Pôle marketing et communication  
Composé d'une responsable Marketing, d'un infographiste, d'un logisticien, d'une agence de presse nationale,
- Logiciel de gestion d'activité globale véritable outil de pilotage d'entreprise, efficient dans les domaines comptable, financier, marketing, management,
- Process de Management Participatif, adapté à la gestion et la maîtrise d'équipes commerciales et techniques,
- Centrale d'achat intégrée en produits et matériels,
- Formation continue régulière,
- Réunions régionales d'échanges, de formations et d'actions
- Commissions de licenciés experts, destinées à l'optimisation du concept et à son évolution



# En chiffres...

## Fiche technique et chiffres clés

- Raison sociale : Lady Fitness Europe
- Nombre de franchisés : 45 + 5 en propre
- Nature du contrat : Licence de marque
- Réservation de zone : 10 000 euros HT
- Droit d'entrée : 15 000 euros HT
- Durée du contrat : 9 ans renouvelable par période de 3 ans
- Investissement total : **150 000 à 200 000 euros HT selon l'état et la surface du local, comprenant :**
- **Travaux : 50 à 100 K€ suivant le local**
  - **Concept : 80 K€**
    - matériel 45 K€
    - vitrine 5 K€
    - mobilier 15 K€
    - informatique / Hifi 15 K€
- Apport personnel : 30 à 50% de l'investissement global,
- Redevance d'exploitation : 1 000 euros HT par mois
- Retour sur investissement : Environ 24 à 36 mois
- Surface du local souhaitée : de 200 à 250 m<sup>2</sup>
- Zone d'implantation : Ville de plus de 30 000 habitants

## Contrat de licence de marque

### Au préalable :

- Remise d'un Document d'Informations Précontractuelles (DIP),
- Signature d'un contrat de réservation de zone (CRZ) garantissant une exclusivité territoriale durant la recherche du local commercial,
- Remise d'un budget d'aménagement détaillé en fonction du local.

### Le contrat :

- Utilisation de la marque commerciale,
- Exclusivité territoriale,
- Assistance pour l'ouverture,
- Redevance initiale forfaitaire (droit d'entrée),
- Cahier des charges et codes couleurs,
- Référencement fournisseurs,
- Approvisionnement avec tarifs négociés,
- Redevance mensuelle forfaitaire fixe,
- Mise en place de campagnes publicitaires événementielles ou permanentes,
- Mise à disposition d'outils marketing.

## Les plus...

- Un métier sain et plaisant,
- Un salaire d'environ 3000 euros brut dès les premiers mois,
- Un accompagnement personnalisé,
- Profitez de votre liberté le week-end
- Pas d'achat de stock, pas d'inventaire, pas d'invendu.





# Votre centre en 5 étapes

## 1 Local

- Signature du contrat de réservation de zone (CRZ)
- Recherche du local + validation
- Etude d'implantation
- Etude de faisabilité
- Estimation et devis des travaux

1 à 6 mois

## 2 Dossier Bancaire

- Étude financière et business plan
- Plan de financement
- Acceptation du prêt

1 mois

## 3 Aménagement du centre

- Validation des bons de commande
- Réalisation des travaux suivant le cahier des charges
- Installation du mobilier
- Installation des machines
- Réalisation des vitrines
- Procédures de mise en route

2 mois

## 4 Formations

- Manager : une semaine en centre pilote à Lyon ou Paris
- Commerciale : 3 jours
- Coach : 1 jour

15 jours

## 5 Lancement de votre club

- Pré-ouverture :
  - Commercialisation du concept pendant la fin des travaux
  - Assistance et accompagnement avec une animatrice réseau (5 jours)
  - Lancement de la campagne de communication
- Ouverture : assistance 5 jours

3 à 6 semaines

CONCEPT  
N°1  
en Europe

**EN FRANCE :**

- ASNIERES
- BORDEAUX
- BOULOGNE
- CAEN
- CHATILLON
- CHAVILLE
- CHELLES
- CLERMONT-FERRAND
- DREUX
- EAUBONNE
- GRENOBLE
- ISSY-LES-MOULINEAUX
- JOINVILLE-LE-PONT
- LA DEFENSE
- LE HAVRE
- LEVALLOIS-PERRET
- LILLE
- LYON 2
- LYON 3
- LYON 6
- LYON 8
- MANTES-LA-JOLIE
- MARSEILLE
- MONTREUIL
- MONTRouGE
- NANTES
- NOGENT-SUR-MARNE
- PARIS 2
- PARIS 10
- PARIS 12
- PARIS 15
- PARIS 17
- RENNES
- SAINT-CYR-SUR-LOIRE
- SAINT-LÔ
- TOULON
- TOULOUSE LABEGE
- TOURS
- VICHY
- VILLENEUVE-D'ASCQ
- VILLEURBANNE

**DOM-TOM :**

- BAIE MAHAULT (Guadeloupe)
- LAMENTIN (Martinique)

**MAROC :**

- CASABLANCA (5 clubs)
- FÈS
- MARRACKECH
- MEKNÈS
- MOHAMMEDIA
- RABAT (2 clubs)
- TANGER

**PROCHAINEMENT :**

- FONTAINEBLEAU
- SAINT-ETIENNE
- Et plus de 40 villes déjà réservées

**N°1 EN NOTORIÉTÉ**

Près de 880 000 pages internet lues par an et plus de 200 citations dans la presse féminine et spécialisée

ELLE  
metrFemme Actuelle.fr  
marie claireLA VOIX DU NORD  
tele 7 JOURSbleu  
tele GrenobleESPRIT femme  
le ParisienLE PROGRÈS  
Nord/Eclair

Pas la peine de dire que le secteur de l'amincissement et de la remise en forme est en plein boom en France en 2007. C'est une évidence ! Rester jeune, tonique et mince semble être devenu une priorité pour les français, à commencer par les femmes, dès l'apparition des premiers signes de l'âge. On ne compte plus les centres et clubs de remise en forme, notamment en Franchise. Mais la grande force d'Hervé Rivoal est d'avoir su créer un réseau sur un concept novateur qui offre d'une part de réels résultats à la clientèle et d'autre part un retour sur investissement rapide aux franchisés.

**Extrait d'Entreprendre Franchise - Mai 2007**

Besoin de retrouver la ligne ou tout simplement de se maintenir en forme? Plus facile à dire qu'à faire sans accompagnement ! Ne cherchez plus, à l'approche du printemps, découvrez un nouveau partenaire minceur : le site internet Ladydiet.com ! Ce service est gratuit pour toutes les adhérentes des clubs Lady Fitness, qui peuvent ainsi bénéficier d'un suivi complémentaire à l'activité pratiquée en salles.

A propos de Lady Fitness : Lady Fitness est le premier réseau de centres de fitness et de minceur dédiés aux femmes avec coach particulier. Présent en France et en Europe, ce concept unique allie énergie, vitalité, détente et plaisir. Transposé sur le Net avec son site Ladydiet.com, c'est l'allié santé et forme des femmes qui veulent se sentir bien dans leur corps.

**Extrait d'Observatoire de la Franchise - Mars 2008**

Comme bel exemple du renouveau des réseaux, Lady Fitness sera présent à Franchise Expo Paris 2008. Voici le premier réseau en franchise de clubs fitness et minceur avec un coach permanent 100% féminin, présent en France et Europe. Le réseau de franchise compte à ce jour 50 salles. il est prévu d'en ouvrir 20 nouvelles d'ici à fin 2008. L'objectif fixé étant d'atteindre les 250 salles à l'horizon 2012.

**Extrait d'Entreprendre Franchise - Mars 2008**

Document non contractuel - 461 491 322 RCS Lyon

**Lady fitness®****30 MIN CIRCUIT MINCEUR POUR FEMMES**

Lady Fitness Europe

100 H cours Lafayette - 69003 LYON

Tél. +33 (0)4 78 14 58 58 - Fax +33 (0)4 78 14 58 50

**www.ladyfitness.fr**

Création : kezaco studio - 04 27 02 15 32

Revue de presse