

FIZZUP TRANSFORMATION CHALLENGE

Soyez LA transformation de 2017 !

En ce début d'année 2017, FizzUp vous challenge ! Êtes-vous prêt(e) à vous transformer physiquement ? FizzUp vous donne toutes les clefs pour atteindre votre objectif !

OBTENEZ GRATUITEMENT :

- ➔ Un abonnement annuel **FizzUp PRO** d'une valeur de 239,88€
- ➔ L'accès au **guide Nutritionnel FizzUp** d'une valeur de 59,99€
- ➔ L'accès au **Pack Motivation Premium** d'une valeur de 59,99€ et bénéficiez des conseils d'un expert FizzUp

POUR PARTICIPER, IL VOUS SUFFIT :

- ⦿ D'être prêt(e) à tout donner pour y arriver !
- ⦿ D'être très motivé(e) à prendre des habitudes saines !
- ⦿ D'envoyer une candidature complète (formalités d'inscriptions ci-dessous).
- ⦿ En cas de sélection, vous vous engagez à envoyer plusieurs photos de vos résultats (respectant les conseils du tutoriel ci-dessous) toutes les deux semaines afin d'**assurer un suivi personnalisé** avec votre conseiller FizzUp.



INSCRIPTION

Postulez par mail à l'adresse suivante : challenge@fizzup.com
Que vous soyez confirmé(e) ou débutant(e), n'hésitez pas à postuler !

Pour être validée, une candidature doit être complète et contenir :

- 2 photos de face : la première au format paysage, la seconde en portrait en respectant les consignes ci-dessous.
 - 2 photos de profil : la première au format paysage, la seconde en portrait en respectant les consignes ci-dessous.
 - Si vous en avez la possibilité : 2 photos de dos : la première au format paysage, la seconde en portrait en respectant les consignes ci-dessous.
 - Adresse email de votre compte FizzUp (en créer un si vous n'en avez pas encore).
 - Une présentation expliquant en quelques lignes vos motivations, vos objectifs, votre rapport au sport et votre expérience sportive.
- ⚠ Toute candidature envoyée après le 22/01/2017 sera refusée.
Le nombre de places étant limité (15 hommes, 15 femmes), le Staff FizzUp effectuera à l'issue des phases d'inscription une sélection pour désigner les participants au FizzUp Transformation Challenge.

TUTORIEL :

Comment bien vous prendre en photo ?



Tout d'abord, veillez à vous trouver dans un environnement clair, lumineux, au décor neutre et peu présent pour une photo de qualité.

De préférence, demandez à quelqu'un de vous prendre en photo. Cela permettra d'avoir un maximum de recul, de manière à voir la totalité de votre corps pour mieux constater les résultats. Si vous êtes seul(e), prenez-vous en photo dans un miroir propre avec un arrière plan soigné, comportant le recul nécessaire (voir exemple ci-joint). Évitez les selfies. Vous pouvez également vous munir d'un trépied.

Nous vous demandons de bien vouloir vous prendre en photo de face, de profil et de dos, une fois en format paysage et une fois en format portrait.

CODE VESTIMENTAIRE

La qualité de votre photo dépendra également de votre tenue. Celle-ci doit laisser apparaître votre corps afin que les changements soient visibles d'une photo à l'autre.

- **Pour les femmes :**
Optez pour une brassière ou un maillot de bain. Le ventre et les bras doivent être visibles. Pour le bas, portez un short ou à défaut un legging. Les cuisses doivent être apparentes. Un vêtement moulant rendra les changements visibles d'une photo à l'autre.
- **Pour les hommes :**
Optez pour une photo torse-nu en short.

VOICI LA MANIÈRE À SUIVRE POUR VOUS PRENDRE EN PHOTO :

- Les repères en pointillés sont ceux où vous devez à peu près situer le bas et le haut du corps.
- Les repères en turquoise représentent le centrage du corps dans le cadre photo.

