



*LE cours d'Aérobic 80's!*





Fun

Festif

et Sans pression







À l'image des VHS de fitness des années 80, **Manon Mooky** reprend les basics steps de l'aérobic et les mixe tels des cocktails pour en faire **des enchaînements fun & colorés!**

Une expérience unique mixant cardio, danse et renforcement musculaire mais surtout beaucoup de fun **en compagnie des plus grandes divas:** Madonna, Whitney Houston, Diana Ross...

Un moment sportif, fun et festif où la seule règle est de **réveiller la Madonna qui sommeille en nous!** Le seul cours de sport durant lequel on n'a pas l'impression d'en faire!

Pas besoin d'avoir pratiqué l'aérobic avec Jane Fonda ou Cindy Crawford pour intégrer la Team Fizz! **Tous niveaux et sans pression,** enfilons juste notre body and

**Let's glow au Gym Fizz Studio!**



**GYM**  
*Fizz*



# Manon Mooky

fitness coach

Directrice artistique au Studio Mooky depuis 2012, **pur produit du Nord de la France** et fille d'une maman danseuse, fascinée par l'époque où les bodys étaient en lycra fluo, les brushing très hauts et où Pamela était encore en maillot : **Manon crée Gym Fizz, LE cours de sport où elle adorait aller !**

Lassée de la bad vibes que véhiculent les réseaux sociaux autour du «*corps parfait*» ou de «*l'objectif Bikini Body*» et de leurs programmes sportifs contraignants, Manon Mooky se forme à l'IMF (*Institut des métiers de la Forme*) fin 2019 et obtient son diplôme d'animatrice de loisirs sportifs pour cours collectifs dans le but de **réintroduire l'aérobic sous sa forme la plus authentique !**

Fun, accessible et sans pression, Gym Fizz est **digne d'un moment cocktail entre copines** fait pour transpirer dans la bonne humeur, sur les meilleures playlists et sans jamais voir l'heure passer !





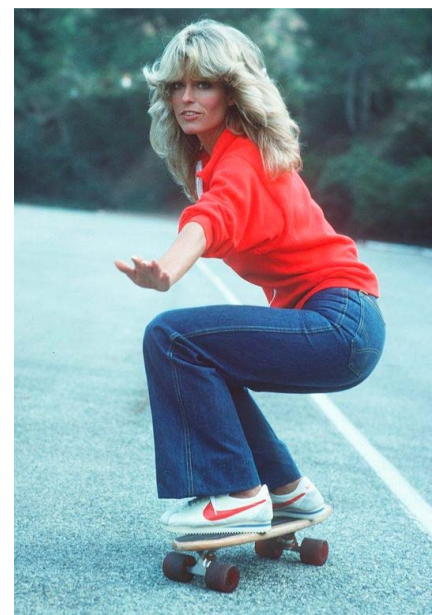
# les années 80 ⚡

Un univers **indémoudable** qui met tout le monde d'accord !

Nombreux sont les nostalgiques de cette époque qui la considère comme étant plus libre. On se prenait moins au sérieux, les réseaux sociaux n'existaient pas, **le sport était un vrai motif de lâcher prise psychologique** et non d'objectif physique.

Une époque également plus unie et solidaire avec l'apparition des Restos du Coeur ou AIDS dont **nous chantons encore les hymnes aujourd'hui**. Les années 80 restent d'ailleurs **une référence** dans toutes les soirées, encore aujourd'hui !

Mais aussi et surtout **le style des 80's iconique**: guêtres, sweat oversize, paillettes, legging fluos, épaulettes xxl ... nous étions toutes un peu des Madonna ou des Cindy Lauper aux looks déjantés because **Girls just want to have fun !**



## Culte



# Team Building

# Evénements

# EVJF

Gym Fizz c'est aussi des moments uniques pour vos clients, vos salariés ou même pour un Enterrement de Vie de Jeune Fille!

Gym Fizz offre une expérience de fête pas comme les autres et garantit un moment fun et décomplexé! Rien de tel pour unir une équipe ou détendre la future mariée!

Un lancement de produit, un festival ou simplement un anniversaire? Gym Fizz s'adapte à tous types d'événements proposant également des playlists et chorégraphies personnalisées en fonction des besoins de chacun.

La devise Gym Fizz : De 10 à 1000 personnes, plus on est de folles, plus on rigole !\*



SERIES MANIA

COSMOPOLITAN

OCS

FERRERO DECATHLON

\*Gym Fizz, le seul endroit où le masculin ne l'emporte pas !





GYMFIZZ STUDIO PRÉSENTE

# GYMFIZZ party

L'EXPÉRIENCE AÉROBIC 80's!

**DIM. 07 MAI**  
**HALL U NEED**

1 CARTE DE 120 DE CRÉDITS HALL U NEED OFFERTE À CHAQUE PARTICIPANT.ES !

CRÉATEURS,  
PHOTOCALL  
MAKE-UP & MORE !

BILLETTERIE SUR GYMFIZZ.FR

ANIMÉ PAR  
*Manon Mooky*

Dim. 7 Mai - 15h30 à 18h30  
HALL U Need : 26 rue Félix Faure,  
Saint-André-lez-Lille

15€




# la GYMFIZZ party

C'est LE RDV 100% GymFizz à ne pas manquer !  
Une Expérience Aérobie unique et une immersion totale entre amies, collègues ou en famille, c'est **l'événement signature** partout en France !

Au programme : un cours d'aérobie de folie, une collection de goodies GymFizz, un atelier make-up paillettes, une borne photo souvenirs et surtout beaucoup de rires !



GYMFIZZ STUDIO & HALL U NEED PRÉSENTENT

# L'EXPÉRIENCE AÉROBIC 80's!

ANIMÉE PAR *Manon Mooky*

UNE CARTE CADEAU HALL U NEED DE 15€ DONT 1 MOCKTAIL OFFERTS!

DIM. 25 JUIN 15H30  
HALL U NEED

## GYMFIZZ

*Summer party*

@gymfizzstudio

GYM HALL U NEED Libérateur d'Idées 16€



CADEAU HALL U NEED de 15€ OFFERTE\* + 1 OFFRE KIDZ FRIENDLY !!\*\*

GYMFIZZ STUDIO PRÉSENTE

# L'EXPÉRIENCE AÉROBIC 80's!

animée par *Manon Mooky*

Dim. 10 Sept. Hall U Need 15h30

## Gym Fizz party

billetterie sur [gymfizz.fr](http://gymfizz.fr)

\* & \*\* voir conditions en billetterie

GYM HALL U NEED Libérateur d'Idées

Hall U Need : 26 Rue Félix Faure, 59350 Saint-André-lez-Lille

@gymfizzstudio

Les **GymFizz Party** ont des thématiques qui mettent toujours tout le monde d'accord ! Manon se charge également de toute la création et la communication des événements, étant également **directrice artistique indépendante**.

Prochaines dates à venir !





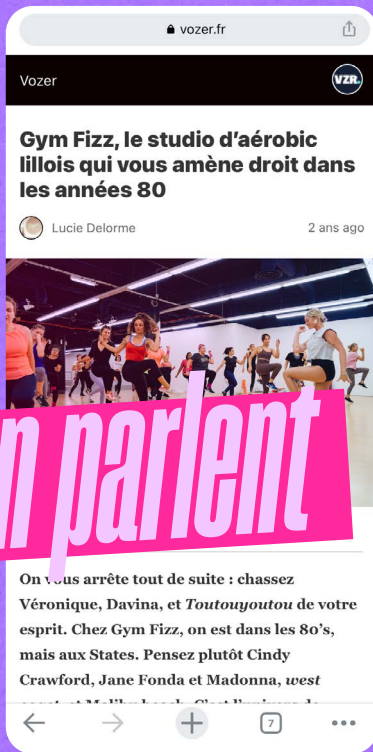
# la team *fizz*

Plus qu'une équipe, une grande communauté réunie dans le même but : se dépenser, rire, danser, chanter et passer un moment sain & fun !





ils en parlent



Lille by Mat

GIRLS UP

SÉZANE

B'TWIN

COSMOPOLITAN

AUX ENFANTS TERRIBLES

“C’était génial !! C’est bien simple: je me suis fendue la poire pendant + d’1h tout en suant comme une deratée en essayant d’imiter Véronique & Davina haha Sérieux s’abstenir! On peut dire que Manon nous invite à bien lâcher prise & pas nous prendre au sérieux: en gros s’amuser quoi! ⚡ Merci !!!”

Saffiya

“C’est simple, je me suis prise pour Madonna, Whitney et Diana Ross en l’espace d’une heure! 😍 Résultat: Dopamine en libre service dans tout mon corps, le sourire à la Julia Roberts collé sur mon visage : prête à ce qu’il “raining men”! Gym Fizz devrait être remboursé par la sécu!”

Louise

“La prof est vraiment super! Souriante, dynamique et très professionnelle! Les chorégraphies ne sont pas trop complexes mais très défoulantes! 😂 J’ai passé un super moment, lâcher prise à 100%! Si on arrive KO de sa journée, on repart complètement boosté!”

Isabelle







Alors, envie de faire vivre une  
expérience unique à vos clients ?  
Une team building hors du commun ?  
Let's keep in touch and let's glow  
au Gym Fizz Studio !

hello@gymfizz.fr

Aérobiquement vôtre,

Manon Mooky

