



**COMMUNIQUÉ DE PRESSE**  
*pour diffusion immédiate*

---

## **Bébé Cardio maintenant offert au Centre athlétique T-R !**

---

Trois-Rivières, le 13 avril 2017 - Les femmes enceintes et les nouvelles mamans ont désormais une nouvelle opportunité de bouger en Mauricie avec l'arrivée des cours *Bébé Cardio* dans les trois succursales du *Centre athlétique T-R*. Dès le 18 avril, une panoplie de cours de mise en forme adaptés à la réalité des futures ou nouvelles mamans sera proposée dans un encadrement sécuritaire et efficace.

« *Bébé Cardio* est axé sur la mise en forme de la femme enceinte et de la maman, qui peut venir au cours avec son bébé. On met de l'avant des exercices adaptés aux mamans, notamment pour renforcer le dos, le plancher pelvien, les abdominaux ou encore pour augmenter l'aspect cardiovasculaire de la maman et son bébé », explique Gabrielle Chapdelaine, fondatrice de *Bébé Cardio*. Les participantes ont ainsi le loisir de bouger dans le respect de leurs limites, tout en visant une meilleure santé globale et la diminution de leurs inconforts.

Les cours permettent, notamment, de faire appel au porte-bébé ergonomique ou encore à l'intégration du bébé lui-même dans l'accomplissement de certains exercices. « *La flexibilité est au cœur de notre offre. On s'adapte à l'humeur du bébé et de sa maman. On offre aussi une adhésion qui respecte la réalité des participantes, sachant que la vie des mamans est remplie d'imprévus* », précise Mme Chapdelaine. Également, aux cours de groupes s'ajoutent des ateliers traitant de portage, de nutrition ou encore de techniques de RCR pour bébé.

### **Des cours sur mesure pour les mamans**

La propriétaire du *Centre athlétique de T-R*, Laurie Bellerive, est ravie d'accueillir cette nouvelle offre de cours au sein de son entreprise. « *On avait déjà développé une offre de service pour les mamans, mais il nous manquait un petit plus. Avec l'arrivée de Bébé Cardio, on ajoute le côté professionnel d'une pédagogie développée par des experts du prénatal et postnatal, ainsi que la notoriété de l'entreprise elle-même !* », souligne Mme Bellerive. Il faut savoir que *Bébé Cardio* est appuyé par une solide équipe qui forme chaque établissement afin que soient bien déployées l'éducation et la mise en forme des mamans selon la physiologie propre à cette clientèle spécifique.

Pour ce faire, *Bébé Cardio* propose aux dames plusieurs déclinaisons de cours comme le Fit, le Zen, le Tonus, le Portage, la Poussette, le Traîneau, l'Aqua et le Boutchou. On propose aussi des cours extérieurs l'été comme l'hiver. Il est possible d'en apprendre davantage sur l'offre de cours et le concept de *Bébé Cardio* en se rendant au [www.bebecardio.com](http://www.bebecardio.com).

**À PROPOS DE BÉBÉ CARDIO** (source : [www.bebecardio.com](http://www.bebecardio.com))

Depuis 2010, Bébé Cardio s'impose comme un spécialiste de la mise en forme des futures et nouvelles mamans et de leur marmaille. La formule flexible de *Bébé Cardio* est la clé pour adapter l'entraînement à la vie de famille. Avec une passe de cours pour la session, il est possible d'accéder à tous les cours à l'horaire, peu importe le point de service. Il suffit de vous enregistrer trois heures avant le début d'un cours pour réserver votre place. Les cours *Bébé Cardio* permettent à la fois de bouger et de socialiser avec d'autres mamans.

**À PROPOS DU CENTRE ATHLÉTIQUE T-R** (source : [www.centreathletiquetr.com](http://www.centreathletiquetr.com))

Le *Centre Athlétique T-R* se démarque par son ambiance non compétitive et axée sur le mieux-être. La propriétaire, Laurie Bellerive, toujours à l'affut des dernières tendances, poursuit avec rigueur son principal objectif : offrir à la clientèle un environnement moderne, agréable, des équipements de haute qualité et un personnel attentionné. Le centre compte maintenant trois succursales à Bécancour et Trois-Rivières (secteur Cap-de-la-Madeleine et secteur Trois-Rivières Ouest).

**Source :**

Laurie Bellerive, propriétaire  
Centre athlétique T-R  
[www.centreathletiquetr.com](http://www.centreathletiquetr.com)

**Information et gestion des entrevues :**

Guylaine Beaudoin  
BEAUDOIN relations publiques  
Bur : 819 840-2829, poste 301  
Cell : 819 697-9800  
[guylaine@beaudoinrp.com](mailto:guylaine@beaudoinrp.com)