

## SÉANCE DE DÉDICACES RÉMI RAGNAR

LA FNAC CAGNES-SUR-MER  
SAMEDI 11 SEPTEMBRE À 16H00

La Fnac Cagnes-sur-Mer a le plaisir de recevoir le coach sportif et influenceur Rémi Ragnar pour une séance de dédicaces à l'occasion de la sortie de son livre *Muscu poids de corps* paru aux éditions First.



© Chris Teiva

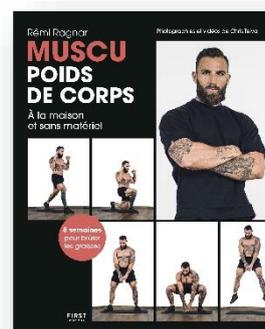
### Rémi Ragnar, pompier et coach sportif influent

Rémi Ragnar est pompier professionnel à Nice. Très actif sur les réseaux sociaux, et spécifiquement sur son compte Instagram (300k abonnés), il est également coach sportif et adepte de la musculation, qu'il pratique depuis 15 ans. Dans ses différents contenus, il prône une approche simple pour rendre cette discipline accessible à tous.

À l'occasion de cette séance de dédicaces, il présentera aux Cagnois son programme simple de musculation à suivre chez soi sur 8 semaines, sans matériel.

### **Muscu poids de corps, un programme de remise en forme accessible à tous**

En moins de 20 minutes 4 fois par semaine, brûler les graisses à la maison et sans matériel est maintenant possible grâce à ce programme simple sur 8 semaines et à la portée de tous : hommes et femmes, débutants et sportifs confirmés, et ce quel que soit leur âge.



Pour découvrir la programmation des événements Fnac en magasins, rendez-vous sur le média culturel [La Claque Fnac](#).

CET ÉVÉNEMENT EST EN ACCÈS LIBRE DANS LA LIMITE DES PLACES DISPONIBLES.

#### CONTACT PRESSE :

SOPHIE QUEVAL // 06 26 83 19 87 // [sophie.queval@fnac.com](mailto:sophie.queval@fnac.com)  
LOU PEZIN // 07 60 60 72 13 // [lou.pezin@fnacdarty.com](mailto:lou.pezin@fnacdarty.com)

FNAC DARTY