

# Sport et Regime.com devient Sport et vie Pratique



Aujourd'hui Sport et Regime.com devient Sport et vie Pratique .Jusqu'à maintenant ce blog était principalement dédié au sport et à l'alimentation et aux régimes . Il continuera de traiter bien sûr ces sujets mais les temps changent et les choses évoluent . L'informatique et internet prennent une place de plus en plus importante dans nos vies.

Est-ce un bien ou un mal difficile à dire. Nous manquons de recul pour le savoir. Mais faut-il accepter l'évolution ou rester ancrer sur de vieilles pratiques.

Pour ma part je choisis de prendre le wagon et de vous en faire profiter. C'est pour cela que vous trouverez maintenant des articles et des tutoriels sur des applications, des logiciels etc . Du montage vidéo à l'utilisation du Google drive par exemple.

Coté bien être toujours des recettes, pas toujours diététiques, parfois traditionnelles. Mais aussi des astuces pour la vie courante.

Tout un programme !!

Et vous en matière de blog, où en êtes –vous ? Simple lecteur ou envie de passer à l'écriture ? Si toutefois vous souhaitez créer un blog mais vous ne savez pas comment faire alors contactez moi et je vous aiderai.

Allez c'est parti pour de nouvelles aventures et merci pour votre fidélité.