

LE SUIVI EN PRÉSENTIEL



SUIVI 3 MOIS
240€/MOIS



SUIVI 6 MOIS
220€/MOIS



SUIVI 12 MOIS
200€/MOIS

La régularité du suivi, pour rester motivé(e) et voir les progrès dans la durée !

- 1h de coaching/semaine
- Programmation et suivi sur application mobile
- Conseils nutrition et bien-être
- Bilans hebdomadaires
- Contact 6j/7



Formules coaching

LE SUIVI HYBRIDE



SUIVI 3 MOIS

130€/MOIS



SUIVI 6 MOIS

120€/MOIS



SUIVI 12 MOIS

110€/MOIS

Un suivi hybride pour une progression optimisée !

- Programmation personnalisée + 1h de coaching par mois
- Suivi sur application mobile
- Conseils et corrections
- Contact 6j/7
- Bilans hebdomadaires