

LE SUIVI EN PRÉSENTIEL



SUIVI 3 MOIS
220€/MOIS



SUIVI 6 MOIS
200€/MOIS



SUIVI 12 MOIS
180€/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

LE SUIVI HYBRIDE



SUIVI 3 MOIS
120€/MOIS



SUIVI 6 MOIS
110€/MOIS



SUIVI 12 MOIS
100€/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

Formules coaching À LA CARTE



À L'UNITÉ

55€



5 SÉANCES

Valables 3 mois

250€



10 SÉANCES

Valables 6 mois

450€

La flexibilité d'un coaching sur-mesure pour t'entraîner à ton rythme !

- Séances programmées selon ton objectif
- Des entraînements à la carte, valables entre 3 et 6 mois