

TARIF PACK ABONNEMENT

SUIVI SPORTIF

150€/MOIS

VOUS SOUHAITEZ PROGRESSER ET OPTIMISER VOTRE TECHNIQUE PAR UN COMPLÉMENT PHYSIQUE, SUIVRE DES INDICATEURS VOUS PERMETTANT D'OPTIMISER VOS PICS DE FORME ET RÉDUIRE LE RISQUE DE BLESSURE :

- 1 ENTRAÎNEMENT INDIVIDUALISÉ / 2 SEMAINES
- PLANIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT
- SUIVI DE LA FATIGUE
- TESTS PHYSIQUES
- PRÉPARATION DE SÉANCES EN AUTONOMIE (2À 3/SEMAINE)
- PRÉPARATION DE SÉANCES EN AUTONOMIE EN EXTÉRIEUR
- ACCÈS AUX OUTILS ET PROTOCOLES DE RÉCUPÉRATION NON COMPRIS

OFFRE MINI-GROUPE

+75€/SPORTIF/MOIS

VOUS SOUHAITEZ VOUS ENTRAÎNER AVEC DES AMIS OU D'AUTRES SPORTIFS DE LA MÊME SPÉCIALITÉ SPORTIVE : **MUTUALISEZ VOS SÉANCES.**

SUIVI HAUT NIVEAU

250€/MOIS

VOUS SOUHAITEZ PASSER UN CAP POUR ATTEINDRE L'EXCELLENCE SPORTIVE, RETROUVER VOTRE MEILLEUR NIVEAU OU RÉSOUDRE UNE PROBLÉMATIQUE PHYSIQUE RÉCURRENTE :

- 1 ENTRAÎNEMENT INDIVIDUALISÉ / SEMAINE
- PLANIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT
- SUIVI HEBDOMADAIRE DES INDICATEURS DE FATIGUE
- TESTS PHYSIQUES
- PRÉPARATION DE SÉANCES EN AUTONOMIE (2À 3/SEMAINE)
- ÉCHANGE AVEC L'ENTRAÎNEUR
- ACCÈS AUX OUTILS ET PROTOCOLES DE RÉCUPÉRATION 2/MOIS.
- + 20 € / SÉANCE SUPPLÉMENTAIRE

OFFRE MINI-GROUPE

+100€/SPORTIF/MOIS

VOUS SOUHAITEZ VOUS ENTRAÎNER AVEC DES AMIS OU D'AUTRES SPORTIFS DE LA MÊME SPÉCIALITÉ SPORTIVE : **MUTUALISEZ VOS SÉANCES.**

SUIVI ÉLITE

420€/MOIS

VOUS VOULEZ PERFORMER AU PLUS HAUT NIVEAU, PRÉPARER UNE ÉCHÉANCE NATIONALE OU INTERNATIONALE, OPTIMISER CHAQUE DÉTAIL DE VOTRE PRÉPARATION :

- 3 ENTRAÎNEMENT INDIVIDUALISÉ / SEMAINE
- PLANIFICATION DE L'ENTRAÎNEMENT
- SUIVI HEBDOMADAIRE DES INDICATEURS DE FATIGUE PHYSIQUE ET PSYCHOLOGIQUE
- TESTS PHYSIQUES
- PRÉPARATION DE SÉANCES EN AUTONOMIE
- ÉCHANGE AVEC L'ENTRAÎNEUR ET SUIVI EN COMPÉTITIONS
- ACCÈS AUX OUTILS ET PROTOCOLES DE RÉCUPÉRATION ILLIMITÉ

OFFRE MINI-GROUPE

+150€/SPORTIF/MOIS

VOUS SOUHAITEZ VOUS ENTRAÎNER AVEC DES AMIS OU D'AUTRES SPORTIFS DE LA MÊME SPÉCIALITÉ SPORTIVE : **MUTUALISEZ VOS SÉANCES.**