

ITEPS

SPORT

INSTITUT TOULOUSAIN D'EXPERTISE DE LA PERFORMANCE
SPORT ET SANTÉ

www.iteps.fr

COACHING INDIVIDUEL

1 SÉANCE	PACK 10 SÉANCES	PACK 20 SÉANCES
50€	450€ Soit 45€ la séance + 5 séances de cryothérapie OFFERTES	800€ Soit 40€ la séance + 10 séances de cryothérapie OFFERTES

COURS COLLECTIFS ACCÈS ILLIMITÉS 6J/7

Cours disponibles & Objectifs : Crosstraining - Cardio - Minceur & Forme - Haltérophilie

Pack 10 séances	Pack 20 séances	1 mois	3 mois	6 mois	12 mois
190€	380€	150€ Soit 7,50€/séance	135€/mois Soit 6,75€/séance	120€/mois Soit 6€ / séance	90€/mois Soit 4,50€ / séance

CRYOTHÉRAPIE

Séance d'essai	Pack de 4 séances	Pack 10 séances	Pack 20 séances
OFFERTE Au lieu de 35€	116€ Soit 29€ / séance J'économise 24€	199€ Soit 19,90€ / séance J'économise 151€	340€ Soit 17€ / séance J'économise 360€

TEST OXYCON VO2MAX

75€

TEST FMS

Test FMS (fonctionnel) 2 séances : avec 1 séance de test et une séance qui d'après les résultats servira à corriger les faiblesses ou le déséquilibre.

150€

TEST CYBEX

Ce test s'appuie sur une technique de surveillance et représente également un intérêt majeur dans le dépistage de déséquilibres musculaires susceptible d'entraîner des blessures.

50€

ÉVALUATION Durée: 1H30

Test d'évaluation détente verticale
Test évaluation musculaire (suivant le profil de l'athlète et le sport pratiqué)

75€

TEST AÉROBIE

Test aérobic PMA fréquence cardiaque (vélo, tapis...)

50€