

### COACHING INDIVIDUEL

1 SÉANCE	PACK 10 SÉANCES	PACK 20 SÉANCES
<b>50€</b>	<b>450€</b> Soit 45€ la séance + 5 séances de cryothérapie OFFERTES	<b>800€</b> 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
<b>190€</b>	<b>380€</b>	<b>150€</b> Soit 7,50€/séance	<b>135€/mois</b> Soit 6,75€/séance	<b>120€/mois</b> Soit 6€ / séance	<b>90€/mois</b> Soit 4,50€ / séance

### CRYOTHÉRAPIE

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

#### Abonnements Cryothérapie illimitée \*

1 mois	3 mois	6 mois	12 mois
<b>300€/mois</b>	<b>250€/mois</b>	<b>200€/mois</b>	<b>150€/mois</b>

\*illimitée à raison de 1 fois/jour maximum, soit 5 fois/semaine.

#### 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€**