

Nos services

Créez votre forfait sur mesure en combinant les services qui correspondent à vos objectifs.

PRIVÉ				SEMI-PRIVÉ			
1 à 1 avec l'entraîneur				1 entraîneur avec jusqu'à 4 clients			
Lot de séances	16	24	32	Lot de séances	16	24	32
Tarif / séance	85 \$	80 \$	75 \$	Tarif / séance	40 \$	37,50 \$	35 \$
Tarif total	1 360 \$	1 920 \$	2 400 \$	Tarif total	640 \$	900 \$	1 120 \$
Taxes	203,66 \$	287,52 \$	359,40 \$	Taxes	95,84 \$	134,78 \$	167,72 \$
Versements	1 à 2	1 à 3	1 à 3	Versements	1 à 2	1 à 3	1 à 3

PRIVÉ EN DUO				SOLO			
1 entraîneur avec 2 clients				Formule autonome avec accès réservé			
Lot de séances	16	24	32	Lot de séances	16	24	32
Tarif / séance	120 \$	110 \$	100 \$	Tarif / séance	20 \$	18,50 \$	17 \$
Tarif total	1 920 \$	2 640 \$	3 200 \$	Tarif total	320 \$	444 \$	544 \$
Taxes	287,52 \$	395,34 \$	479,20 \$	Taxes	47,92 \$	66,49 \$	81,46 \$
Versements	1 à 2	1 à 3	1 à 3	Versements	1 à 2	1 à 3	1 à 3

INCLUS DANS TOUS CES SERVICES Programmes sur mesure • Suivi nutritionnel adapté • Analyse et suivi des habitudes de vie

TARIFS EN VIGUEUR

Votre objectif, notre mission.

OPTIFORME

Extra à la carte

Des services ponctuels pour compléter votre accompagnement.

ÉVALUATION PHYSIQUE	PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT AVEC DÉMONSTRATION	STRATÉGIE ALIMENTAIRE ADAPTÉE
125 \$ + tx 143,72 \$ taxes incluses	175 \$ + tx 201,21 \$ taxes incluses	150 \$ + tx 172,46 \$ taxes incluses
Questionnaires santé, mesures corporelles, photos de posture et tests physiques adaptés selon le niveau. Durée : 60 minutes. Un bilan complet est remis au client par la suite.	Élaboration sur mesure en fonction de l'évaluation ou de la progression, puis démonstration complète du programme avec le client. Durée : 60 minutes.	Calcul des macronutriments et élaboration de 3 journées modèles détaillées. Journée modèle additionnelle sur demande : 25 \$.
ÉVALUATION PHYSIQUE INITIALE 125 \$ + tx	COURS EN GROUPE DU MIDI 20 \$ / séance - lot de 7	VERSEMENTS MULTIPLES ET CONTRAT Paielements aux 4 semaines (28 jours). Chaque achat génère un contrat de 1 an (durée maximale pour écouler les séances).

Nouveau membre	Afin de s'assurer d'un bon transfert technique et d'une compréhension optimale des principes d'entraînement, tout nouveau client doit opter pour un minimum de 16 séances en privé ou en semi-privé avant de pouvoir fonctionner uniquement avec des entraînements solos.
Politique d'annulation	Entraînements (privé, privé en duo, semi-privé et solo) : annulation sans frais avec un préavis de 3 h ou plus . Évaluation physique, stratégie alimentaire et massothérapie : annulation sans frais avec un préavis de 24 h ou plus .
Réservation des séances	Autant que possible, nous tentons de fonctionner avec un horaire fixe. Il est toutefois possible d'apporter des modifications à vos rendez-vous grâce à notre application et de faire votre horaire vous-même. Voir un coach pour les détails.