

# PILATES & FITNESS

REMISE EN FORME

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

STRETCHING

HIT

TABATA

CROSS TRAINING

COACHING INDIVIDUEL



COACHING DUO

SMALL GROUPE

TRAINING

SEANCE PARENT/ENFANT.

( à partir de 3 ans )

## Coaching individuel

78 € la séance

## COACHING DUO

52 € PAR PERSONNE

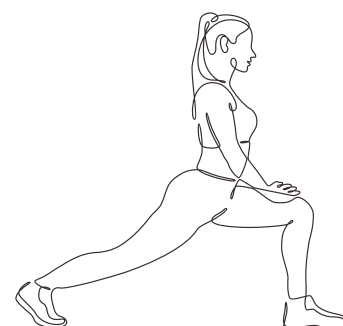
## Coaching en groupe

39 € par personne pour un groupe de 3 participants

32,50 € par personne pour un groupe de 4 participants

26 € par personne à partir de 5 participants

Andernos-les-Bains, Arès, Audenge, Lanton, Taussat et Lège-Cap-Ferret  
13€ en supplément pour les interventions sur le secteur du Cap-Ferret.



Séances à domicile, plage, forêt ou dans votre lieu de vacances.