

COACHING A DISTANCE

Performance-Coaching.fr vous fournit un programme d'exercices adapté à vos attentes.

Il vous permet d'atteindre vos objectifs plus rapidement et d'optimiser vos séances.

30€/mois - 25€ pour un forfait de 10 programmes

FORFAITS POUR PARTICULIERS

Sur nos lieux d'intervention :

1 séance par semaine 50€

2 séances par semaine 45€ (la séance)

3 séances et plus par semaine 40€ (la séance)

A domicile :

1 séance par semaine 60€

2 séances par semaine 55€ (la séance)

3 séances et plus par semaine 50€ (la séance)

A Domicile, bénéficie du chèque emploi service (CESU)

Performance - Coaching.fr

vous propose également un suivi et un encadrement de votre préparation physique pour les clubs et les sportifs de Haut Niveau.

SEANCE COMPLEXE

Condition Physique

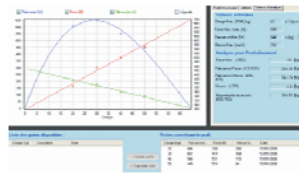
25€/séance (inférieur à 30 min), 35€(supérieur à 30min)

Récupération-Réhabilitation-Antidouleur

20€/séance



« Faites confiance à l'expérience allié à la technologie... »



Performance - Coaching.fr

SERRIERE STEPHANE

Tel 06.47.89.81.76

serriere.st@performance-coaching.fr

<http://www.performance-coaching.fr>

Performance - Coaching.fr



« Les outils du Haut niveau au service de Tous »



Performance - Coaching.fr

Reprise d'Activité

Après une blessure, ou un arrêt prolongé

Objectif Ciblé

Renforcer son dos, maigrir, se faire plaisir...

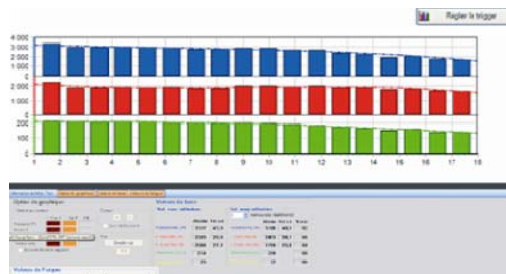
Performance-Coaching.fr

LA QUALITE AU SERVICE
DE VOS ENVIES

EVALUER



ANALYSER



ATTEINDRE SES
OBJECTIFS

Se Dépasser

Préparer une épreuve, chercher ses limites...

Performances Sportives

Améliorer sa condition physique pour progresser dans votre sport

NOS OUTILS



POLAR



Compex



myotest