



## Liste de prix\*

### Personal Training - ENTRAINEMENT INDIVIDUEL

Heure individuelle :	75€/h
Forfait de 5 séances :	73€/h, valable 6 semaines
Forfait de 10 séances :	70€/h, valable 12 semaines
Séance d'essai :	gratuite

### Personal Training - ENTRAINEMENT EN GROUPE

Entraînement 1x par semaine :	soit 60€ par mois forfait de 10 séances pour 170€
Entraînement 2x par semaine :	soit 115€ par mois forfait de 10 séances pour 170€
Séance d'essai :	gratuite

### Marche nordique

Apprendre ou réapprendre la marche nordique individuellement :
1 x 60min, 75€
2 x 60min, 145€
3 x 60min, 210€

La marche nordique en groupe : 12€ de l'heure

### YOGA Walking

Sur demande

### JOGGING

Sur demande

### Conseils nutritionnels

Coaching :	75€/h
Séances individuelles perte de poids :	365€/5h (par exemple : 1h coaching + 3h sport + 1h massage)



## **MASSAGES Body Balance\*\***

<b>MASSAGE DU DOS, 30min</b>	<b>32€</b>
<b>MASSAGE DU DOS AVEC PIERRES CHAUDES, 30min</b>	<b>39€</b>
<b>MASSAGE DE LA TETE ET DU VISAGE, 30min</b>	<b>32€</b>
<b>MASSAGE DU DOS ET DE LA TETE, 40min</b>	<b>42€</b>
<b>MASSAGE DU DOS ET DE LA TETE AVEC PIERRES CHAUDES, 40min</b>	<b>49€</b>
<b>REFLEXOLOGIE PLANTAIRE, 40min</b>	<b>42€</b>
<b>MASSAGE INTEGRAL, 60min</b>	<b>65€</b>
<b>MASSAGE INTEGRAL, 75min</b>	<b>79€</b>
<b>MASSAGE CHOCOLAT BLANC, 60min</b>	<b>69€</b>
<b>MASSAGE PIERRES CHAUDES, 65min</b>	<b>79€</b>
<b>GARSHAN (GANTS DE SOIE), 40min</b>	<b>42€</b>
<b>MASSAGE TIBETAIN AU MIEL, 90min</b>	<b>109€</b>
<b>PEELING CORPOREL</b>	
<i>avec massage du dos, 60min</i>	<b>79€</b>
<i>avec massage intégral, 90min</i>	<b>109€</b>
<b>SOINS CORPORELS BODY &amp; SOUL</b>	
<i>avec massage du dos, 90min</i>	<b>109€</b>
<i>avec massage intégral, 120min</i>	<b>139€</b>

**... Laissez-vous choyer ou faites plaisir à l'un de vos proches ...**

---

Les massages et les chèques-cadeaux peuvent être combinés de manière individuelle.

\* valable à partir de juin 2016

**\*\*** J'attire expressément l'attention sur le fait que mes massages ne sont pratiqués qu'à des fins de décontraction, de relâchement et d'activation des défenses naturelles et ne remplacent pas le travail du médecin, du guérisseur ou du physiothérapeute.