



Liste de prix*

Personal Training - ENTRAÎNEMENT INDIVIDUEL

Heure individuelle :	79€/h
Forfait de 5 séances :	77€/h, valable 3 mois
Forfait de 10 séances :	75€/h, valable 6 mois

ENTRAÎNEMENT EN GROUPE + PILATES

Entraînement 1x par semaine :	forfait de 10 séances pour 170€, valable 12 semaines
Entraînement 2x par semaine :	forfait de 10 séances pour 170€, valable 8 semaines
Séance d'essai :	gratuite

Marche nordique

Apprendre ou réapprendre la marche nordique individuellement :

1 x 60min,	79€
2 x 60min,	149€
3 x 60min,	219€

La marche nordique en groupe : 15€ de l'heure

YOGA Walking

Sur demande

JOGGING

Sur demande

Conseils nutritionnels

Coaching : 79€/h

Séances individuelles perte de poids : 365€/5h

(par exemple : 1h coaching + 3h sport + 1h massage)



MASSAGES Body Balance**

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

... 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 juillet 2019

** 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.