



Préparation Physique

	Formule de Base travail en Groupe		Formule Compétition travail en Groupe		Formule Performance		Formule Elite		Formule Professionnelle
	1 Semaine ou 5 séances	1 mois	1 Semaine ou 5 séances	1 mois	1 Semaine ou 5 séances	1 mois	1 Semaine ou 5 séances	1 mois	1 Semaine à 12 Mois
	250 euros	750 euros	400 euros	1400 euros	500 euros	1800 euros	625 euros	2250 euros	nous consulter
Un entretien afin de déterminer les compétences et les objectifs en fonction des obligations sociaux professionnelles	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Un échange par mail,sms ou Facebook 7/7 avec réponse rapide	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Planification et périodisation selon les objectifs	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Un plan d'entraînement hebdomadaire	*	*	*	*	*	*	*	*	*
					modifiable en fonction des contraintes (météo, famille, santé.....)	modifiable en fonction des contraintes (météo, famille, santé.....)	modifiable en fonction des contraintes (météo, famille, santé.....)	modifiable en fonction des contraintes (météo, famille, santé.....)	modifiable en fonction des contraintes (météo, famille, santé.....)
Un suivi sur plateforme Trainings Peaks	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Tests physiologiques afin de déterminer les paramètres individuels de la performance (VMA, VME , Vitesse....)	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Sessions d'entraînement illimitées avec le groupe Sports Analyse	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Tarifs Préférentiels avec les marques partenaires Sports Analyse (de 15 à 30 % de remise)		*	*	*	*	*	*	*	*
Service Diagnostic Santé en libre accès			*	*	*	*	*	*	*
Bilan et suivi nutritionnel Life (nutritionniste du sport)			*	*	*	*	*	*	*
Sessions d'entraînement individuel spécifique 5jours/7					*	*	*	*	*
Soins de récupération hebdomadaires						*	*	*	*
Loïc Lepoutre Coach exclusif							*	*	*
Utilisation illimitée de l' EPA (évaluation du potentiel athlétique)									*

ATTENTION: Formules de présentation , nous travaillons sur des offres sur mesure en fonction des prestations que vous choisirez.