



Tarifs Préparation physique

La séance extérieure d'appuis : 120.-
10 séances d'appuis en extérieur : 1100.-

1 évaluation musculation : 80.-
1 programme de musculation : 110.-
1 séance (1h) de personal training 110.-
10 séances (10h) de personal training* 950.-

1 évaluation cardio-vasculaire et :
• Planification sur 6 semaines (2x/sem) 150.-
• 12 séances cardio-vasculaires 150.-
• Renouvellement de 12 séances 80.-

Séances en groupes : se renseigner

Suivi du sportif blessé : sur demande

*Abonnement fitness inclus

Nicolas Danthez

25, rue Jacques Grosselin, 1227 Carouge
Tel : 079 947 08 27, nicolas@prepasport.ch
www.prepasport.ch