

Loisir

Compétition

Performance

- Fiche de renseignement et test d'évaluation

- Entraînement individuel + Planification des objectifs

- Contact entraîneur

- Modification du plan

- Fréquence du plan

- Test Lactate offert

- Analyse des séances

- Suivi nutritionnel



1x/semaine

1x/semaine

1x/mois



Illimité

Illimité

1x/semaine

1



Illimité

Illimité

Illimité

2

