



<http://www.jadaptonsport.com>

DA CUNHA Jérémie

17000 La Rochelle

Tel: 06.33.93.34.59

Mail: jadaptonsport@gmail.com

Extérieur + Visio Tarifs 2021-2022	
À LA SÉANCE	FORFAIT
1 séance 15€ x séance / semaine	Forfait au mois 80€ 10€ la séance 1 à 2 séances / semaine
-----	-----
Carte 10 séances 100€ 10€ la séance x séance / semaine	Forfait au mois 120€ 10€ la séance 3 séances / semaine
Toutes mes séances sont personnalisées en fonction de vos objectifs Cette grille tarifaire donne accès à toutes mes prestations sauf domicile & salle	

Les séances durent **1h** comprenant **10 à 15 minutes d'échauffement**, **30 à 40 minutes de travail** et **10 à 15min d'étirements/assouplissements**.

Les règlements se font en espèces ou par chèque/virement à la suite de la 1ère séance si la 1ère séance vous a convaincue.

N'hésitez pas à me contacter si vous désirez plus de renseignements via mon adresse mail ou par téléphone.

**Bien sportivement,
Jérémie DA CUNHA
Fondateur JADAPTONSPORT**