



<http://www.jadaptonsport.com>

DA CUNHA Jérémie

17000 La Rochelle

Tel: 06.33.93.34.59

Mail: [jadaptonsport@gmail.com](mailto:jadaptonsport@gmail.com)

<b>Salle de sport + Extérieur + Visio</b> <b>Tarifs 2021-2022</b>	
<b>À LA SÉANCE</b>	<b>FORFAIT</b>
Carte 4 séances <b>100€</b> 25€ la séance x séance / semaine	Forfait au mois <b>120€</b> 15€ la séance 1 à 2 séances / semaine
Carte 10 séances <b>200€</b> 20€ la séance x séance / semaine	Forfait au mois <b>180€</b> 15€ la séance 3 séances / semaine
<b>Toutes mes séances sont personnalisées en fonction de vos objectifs</b> <b>Cette grille tarifaire donne accès à toutes mes prestations sauf à domicile</b>	

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**