

**#OFFRE**

## COACHING EN AUTONOMIE

### **Bilan Nutritionnel**

**70€** - première consultation "bilan"

- ✓ Consultation de 60 à 90 minutes en face à face ou visioconférence
- ✓ Faire le point sur vos habitudes alimentaires, et vos habitudes sportives
- ✓ Faire le point sur votre relation avec l'alimentation
- ✓ Recueil des données
- ✓ Mise en place des objectifs
- ✓ Mise en place d'un programme personnalisé, d'un plan alimentaire sur-mesure

### **Coaching un Mois**

**120€** - Un mois de suivi

- ✓ Remise du programme alimentaire
- ✓ 2 consultations d'environ 30 minutes pour faire le point
- ✓ Analyse de votre assiette alimentaire sur 7 jours
- ✓ Disponibilité au quotidien via Whatsapp pour toute question

