



#OFFRE

COACHING PREMIUM NUTRITION

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 3 Mois

190€ - Par mois

- ✓ Remise du programme alimentaire
- ✓ Une séance par semaine d'environ 30 minutes pour un suivi intensif
- ✓ Analyse du journal alimentaire chaque semaine
- ✓ Mise en place de bonnes habitudes alimentaires et d'un nouvel objectif si nécessaire
- ✓ Conseils " Recettes saines "
- ✓ Disponibilité au quotidien sur Whatsapp pour toute question

