

La performance par la santé

Prestations individuelles et collectives



Le suivi personnalisé	Options		Tarif
La séance particulière	Au centre Athletica	1 heure :	120 chf
	A l'extérieur	1 heure :	150 chf
Les packages de suivi personnalisé	10 heures	Accès salle uniquement pendant les heures de cours ***	1150 chf
	20 heures	Accès salle pendant et en dehors des heures de cours	2200 chf
	30 heures	Accès salle pendant et en dehors des heures de cours	3150 chf
	40 heures	Accès salle pendant et en dehors des heures de cours	4000 chf

Les abonnements avec coaching	Durée		Tarif
Package Forme <i>Accès libre au fitness, évaluation, planification et programmation de l'entraînement individualisées</i>	Abonnement 3 mois	4 prestations d'encadrement	800 chf
	Abonnement 6 mois	6 prestations d'encadrement	1300 chf
	Abonnement 12 mois	9 prestations d'encadrement	1900 chf
Package Performance <i>Accès libre au fitness, évaluation, planification et programmation de l'entraînement individualisées</i>	Abonnement 3 mois	6 prestations d'encadrement	1000 chf
	Abonnement 6 mois	9 prestations d'encadrement	1500 chf
	Abonnement 12 mois	14 prestations d'encadrement	2100 chf

Coaching sans abonnement	Les Packages		Tarif
Activité Cardiaque <i>Evaluation (ergospirométrie), planification et programmation de l'entraînement</i>	Package Evaluation	1 test d'effort + 2 cycles d'entraînement	285 chf
	Package Sportif	2 tests d'effort + 4 cycles d'entraînement à 3 séances/sem Plus 50 chf par séance supplémentaire par semaine	500 chf
	Package saison sportive	3 tests d'effort + planification de la saison à 3 séances/sem Plus 100 chf par séance supplémentaire par semaine	750 chf
Activité Musculaire <i>Evaluation (Myotest, Cybex, Neurocom), planification et programmation de l'entraînement</i>	Package Evaluation	1 test + 2 cycles d'entraînement	285 chf
	Package Sportif	2 tests d'effort + 4 cycles d'entraînement à 3 séances/sem Plus 50 chf par séance supplémentaire par semaine	500 chf
	Package saison sportive	3 tests d'effort + planification de la saison à 3 séances/sem Plus 100 chf par séance supplémentaire par semaine	750 chf

Les abonnements sans coaching	Durée	Tarif
Accès Libre au Fitness	Abonnement 3 mois	500 chf
	Abonnement 6 mois	800 chf
	Abonnement 12 mois	1100 chf

La performance par la santé

Prestations individuelles et collectives



Prestations	Options	Tarif
Tests d'effort Ergospirométrie	Test sportif	Test maximal et analyse des résultats 190 chf
	Test seuil des graisses	Test sous-maximal et analyse des résultats 170 chf
Tests musculaires Force, puissance, équilibres musculaires, détente, profils musculaires,...	Cybox	Déséquilibres musculaires 170 chf
	Neurocom	Evaluation de la mobilité et de l'équilibre 170 chf
	Myotest	Tests de sauts, profils musculaires 170 chf
Bilan Complet Test d'effort, tests musculaires	Le Bilan	Tests et analyse des résultats 650 chf
	Le Bilan avec suivi	Tests, analyse des résultats, 2 cycles d'entraînement et web-coaching 950 chf
Cours collectif séniors	Cours pour les séniors de plus de 60 ans lundi 10h-11h	200 chf/tri
Cours collectif	Cours ouvert à toutes personnes le jeudi 18h30-19h30	260 chf/tri
Micronutrition *	La consultation	100 chf

* Bilan sanguin (si nécessaire) non inclus

Les offres & privilèges*

Famille	Rabais sur les abonnements avec coaching, pour 2 personnes vivant sous le même toit.	25%
Etudiant	Rabais sur les abonnements avec coaching	15%
Seniors	Rabais sur les abonnements avec coaching	10%
Renouvellement	Rabais sur les abonnements avec coaching	10%
Parrainage	Augmentation de la durée d'abonnement d'un mois par personne parrainée pour les accès salle, package forme et performance. (montant sup à 1000 chf).	

* Offres non cumulables.

Horaires d'ouverture

Lundi	de 7h00 à 20h30
Mardi	de 7h00 à 20h30
Mercredi	de 7h00 à 20h30
Jeudi	de 7h00 à 20h30
Vendredi	de 7h00 à 20h00
Samedi	de 9h00 à 13h00 (de septembre à juin)



Prière de libérer la salle 15mn avant la fermeture.