



## COURS/COACHING

**28 € / 2 unités**

Cours collectif (6 pers)

**55 € / 4 unités**

Cours duo

**75€ / 6 unités**

Coaching privé - 1h00

**90€ / 7 unités**

Coaching privé - 1h30

## Bilan coaching

**40€ / 3 unités**

Bilan Bien-être-Santé

## PARRAINAGE

Bénéficiez d'unités gratuites pour tout achat de carte par votre filleul

## ATELIERS

**45€ / 3 unités**

groupe 8p 1h30/2h00

## SHIATSU Traditionnel

**40 € / 3 unités**

Séance sur chaise 30 min

**75 € / 6 unités**

Séance sur futon 1h15

**35 à 60 €**

Pédiatrie

## OFFRES nouveaux clients

Cours d'essai 10 €

Valable 1 seule fois

## CARTE D'UNITES (validité 1 an)

**130 €**

Carte 10 unités (13 € l'unité)

**230 €**

Carte 20 unités (11,5 € l'unité)

**440 €**

Carte 40 unités (11 € l'unité)

**630 €**

Carte 60 unités (10,5 € l'unité)

## SOINS BIEN-ETRE-SANTE

**45 € / 3 unités**

Tuina ventre/dos/jambes 30 min

**75 € / 6 unités**

Podoréflexologie Chinoise 1h00

**90 € / 7 unités**

Soin Balinais 1h15

## Réservations cours / ateliers

- en ligne après abonnement
- par tél sans abonnement (paiement à la réservation)



cap asitude  
forme bien-être santé



## COURS COLLECTIFS VITAL'GYM

|       |               |
|-------|---------------|
| Mardi | 13h00 - 13h50 |
| Jeudi | 12h30 - 13h30 |
|       | 19h15 - 20h15 |

## COURS COLLECTIFS YIN YOGA / DO IN

|       |               |
|-------|---------------|
| Mardi | 12h00 - 12h50 |
| Jeudi | 18h00 - 19H00 |

**Vos séances avec Valérie**  
Coach Forme-Bien-Être-Santé  
**06.98.42.92.88**

**INTERVENTION EN ENTREPRISE**  
SUR MESURE  
Pour votre bien-être-santé  
AU TRAVAIL



## Séances individuelles sur rendez-vous

- Coaching Vital'Gym, Qi-Gong...
- Soins Bien-Être-Santé
- SHIATSU Traditionnel

Toute prestation réservée et non annulée  
minimum 24 heures à l'avance est due