

Formulaire de renseignements	✓	✓
Séance introduction & échange	✓	✓
Planification individualisée	✓	✓
Analyse des séances	Hebdomadaire	Journalière
Fréquence envoi du plan	1 / 2 semaine	1 / semaine
Consultation téléphoniques /mails	1 / semaine	ILLIMITÉS
Modification du plan	1 / semaine	ILLIMITÉS
Analyse & préparation course	Option	✓ Une course
Analyse & gestion facteurs externe		✓
Conseils nutritionnels		✓
Plan renforcement musculaire		✓
Accès communauté	✓	✓
Séance entraînement personnel	Option	✓ 1 fois / 6 Mois
Maillot offert pour souscription 12 mois	✓	✓
Test vélo & course à pied + analyse	✓	✓
Test vélo & course à pied + analyse avec coach RCS	-10 %	-20 %