

Formulaire de renseignements	✓	✓	✓
Séance introduction & échange	✓	✓	✓
Planification individualisée	✓	✓	✓
Analyse des séances		Hebdomadaire	Journalière
Fréquence envoi du plan	1 / mois	1 / semaine	1 / semaine
Consultation téléphoniques /mails		1 / semaine	ILLIMITÉS
Modification du plan	1 / mois	1 / semaine	ILLIMITÉS
Analyse & préparation course	Option	Option	✓ Une course
Analyse & gestion facteurs externe			✓
Conseils nutritionnels			✓
Plan renforcement musculaire			✓
Accès communauté	✓	✓	✓
Séance entraînement personnel	Option	Option	✓ 1 fois / 6 Mois
Maillot offert pour souscription 12 mois		✓	✓
Test Power & FTP + analyse	✓	✓	✓
Test Power & FTP + analyse avec coach RCS	-5 %	-10 %	-20 %