

SPORT / SANTE / PERFORMANCE / REEDUCATION / RE-ATHLETISATION

PREPARATION PHYSIQUE / FORME

Centre de Préparation Physique et Santé

Entraîner-vous efficacement dans une **ambiance conviviale et décontractée.**

Grâce aux multiples conseils de notre éducateur vous progresserez **rapidement!**

OUVERT A TOUS ET A TOUTES

Débutants, Sportifs confirmés ou de haut niveau.

PERFORMANCE

- **Vous souhaitez** développer une condition physique optimale pour satisfaire à un essai, réussir un concours, préparer votre saison sportive, optimiser un pic de performance, accéder à un haut niveau jamais atteint.

FORME

- **Vous souhaitez** améliorer votre condition physique, prévenir le vieillissement, éliminer vos tensions musculaires, entretenir minceur et forme ou bien encore retrouver votre état de forme.

SENIORS

- **Vous souhaitez** développer une activité de prévention et entretenir votre capital santé.

PERTE DE POIDS

- **Vous souhaitez** perdre du poids, amincir votre silhouette, remodeler votre corps localement, vous tonifier.

SANTE

- **Vous souhaitez** recouvrer votre potentiel suite à une blessure, un accident ou tout simplement préserver votre capital santé.