Coach & Live

Coach & Live est une séance de coaching sportif en ligne permettant aux participants de faire de l'exercice et de se voir les uns les autres sans sortir de leurs domiciles.

- VOTRE DEVIS EXPRESS -

PARTICIPANTS
De 2 à 100 personnes
PRIX HT*
500€

*Tarifs HT, applicables en IDF, hors frais d'exploitation éventuelle, de transport des participants et de repas de l'équipe d'animation.

Principe

Profitez d'une **séance de coaching sportif en ligne de 40 à 60 minutes**, adaptée au niveau des participants, au cours de laquelle notre coach convivial et pédagogue fera la démonstration des postures et/ou mouvements à réaliser,
prodiguera des conseils et encouragera vos sportifs.

Pour les groupes jusqu'à 30 personnes, vos collaborateurs auront la possibilité d'être corrigés.

Les disciplines : gym douce, yoga, renforcement musculaire global ou ciblé, cardio, bootcamp, zumba…

Informations complémentaires

- Durée : 30, 45 ou 60 min
- Outil visio : Zoom/Teams