



Atteignez enfin vos objectifs ! C'est facile avec un coach !

Avec **votre coach sportif à Meylan fitness**, vous serez accompagné et stimulé dans votre entraînement.

Vous qui êtes à la recherche **d'une solution flexible et souple pour faire du sport quand vous le pouvez**, optez pour des séances avec **un coach, Mickaël**.

Imaginez votre **degré de satisfaction** lorsque vous pourrez constater les **transformations positives** que vous apporteront vos séances sportives : gestion du stress, perte de poids, remodelage de la silhouette, remise en forme, amélioration de vos résultats ! Ces **résultats seront rapidement atteints** grâce au **plan d'entraînement personnalisé** élaboré par Mickaël, votre entraîneur personnel, qui vous corrigera, vous stimulera, vous conseillera dans vos positions.

Un entraînement flexible et confortable

Avec votre coach, vous profitez des nombreux avantages qu'un **accompagnement dédié vous procurera**. Seul avec votre entraîneur, l'enseignement qui vous est donné durant 60mn est seulement pour vous, vos besoins, vos objectifs

Comment faire pour réserver sa première séance de coaching :

C'est simple. **Le RDV se prend en direct avec Mickaël à la salle**, en fonction de vos **emplois du temps respectifs**. Les séances peuvent aussi se dérouler tôt le matin si vous êtes matinal. La première séance sera une séance bilan, qui ajustera la suite de votre entraînement, selon vos forces/faiblesses, en lien avec la progression des séances suivantes.

Chaque séance fixée doit être « honorée » par les 2 parties.

Attention, votre rendez-vous décommandé le jour même « sera du », en effet, votre coach **perd la séance et ne pourra la remplacer** à la dernière minute.

Ces rendez-vous individuels sont un engagement mutuel précieux tant sur un plan humain que physique.

La **régularité, l'assiduité et la motivation** sont des éléments déterminants dans les résultats que vous allez obtenir. Un coach rien que pour soi, c'est trop le top ?!

Si tout cela vous intéresse, prenez ce premier rendez-vous, vous ne le regretterez pas !

Testez les séances T.T.C (Travail/Talent/Chance)