

BILANS DE CONDITION PHYSIQUE



	PRESTATIONS	OBJECTIFS	MATÉRIEL	DURÉE	PRIX
1	Analyse de la composition corporelle	Connaître la quantité de masse grasse et non grasse et leurs répartitions	Balance In Body 370 S	20 min	30€
2	Evaluation fonctionnelle du mouvement (FMS)	Evaluation des capacités posturales et mise en évidence des asymétries	Kit "FMS"	45 min	70€
3	Test de force de puissance musculaire	Evaluation des capacités musculaires	Machines Technogym et Cybex	45 min	70€
4	Test de vitesse maximale aérobie (VMA)	Connaître sa capacité aérobie maximale et indicateur de condition physique	Tapis de course et capteurs	45 min	70€

**Ouvert à tous à partir de 16 ans sous réserve de l'accord du représentant légal*

LES FORMULES

- Formule "Premium" $1 + 2 + 3 + 4$ **1h45** **150 €**
- Formule "Posture" ou "Performance" $1 + 2 + 3 / 1 + 2 + 4$ **1h15** **120€**
- Formule "Au choix" $1 + 2 / 1 + 3 / 2 + 3$ **1h** **95€**



Détail des prestations

Ensemble des prestations non médicalisées, accompagné d'une analyse et de conseils personnalisés.
Vous trouverez vos résultats et votre programmation d'entraînement sur l'application HEXFIT.