

WEIGHT MANAGEMENT

MEMBERSHIP ANNUEL AVEC PROGRAMME* : 100CHF SANS PROGRAMME : 250CHF

Vos avantages :

- Carte de membre
- Frais administratif
- Accès aux programmes sportifs
- Une gourde MotionLab
- Un bilan condition physique
- Une séance découverte de cryothérapie DUO
- Un bilan ophtalmologique chez Swissvisio:
 - Test d'éligibilité à la chirurgie réfractive
 - Tarifs préférentiels sur les traitements
 - Dépistage du Glaucome offert

15% sur les prestations du centre**

- Vos rendez-vous dans notre centre médical dans les 72h
- 15% sur les workshops et événements MotionLab
- 10% sur les billets de matchs du Lausanne Sport
- Prix spécifiques MotionLab chez nos partenaires
- Bilan podologique à 70.- CHF à la place de 100.- CHF

Option: Checkup médical (selon LAMAL)

NOS PROGRAMMES SPORTIFS *Offre de lancement*

1 MOIS DÉCOUVERTE	4 MOIS	8 MOIS	12 MOIS
<p>2x Séances d'accompagnement personnel en small group de 30 mins avec programme mensuel d'entraînement</p> <p>1x Analyse de la composition corporelle DEXA</p> <p>1x Bilan de nutrition (plan alimentaire, conseils diététique et recettes) de 1h30</p> <p>Accès libre à la zone d'entraînement 7/7j de 6h-23h et en zone d'hypoxie</p>	<p>Test de condition d'aérobie Fat Max (fréquence cardiaque optimale)</p> <p>8x Séances d'accompagnement personnel en small group de 30 mins avec programme mensuel d'entraînement</p> <p>1x Analyse de la composition corporelle DEXA</p> <p>1x Bilan de nutrition (plan alimentaire, conseils diététique et recettes) de 1h30</p> <p>Suivi nutritionnel à distance x2 (30mins) ou sur place x1 (60mins)</p> <p>Accès libre à la zone d'entraînement 7/7j de 6h-23h et en zone d'hypoxie</p>	<p>Test de condition d'aérobie Fat Max (fréquence cardiaque optimale)</p> <p>16x Séances d'accompagnement personnel en small group de 30 mins avec programme mensuel d'entraînement</p> <p>Programme mensuel d'entraînement</p> <p>2x Analyses de la composition corporelle DEXA</p> <p>1x Bilan de nutrition (plan alimentaire, conseils diététique et recettes) de 1h30</p> <p>Suivi nutritionnel à distance x6 (30mins) ou sur place x3 (60mins)</p> <p>Accès libre à la zone d'entraînement 7/7j de 6h-23h et en zone d'hypoxie</p>	<p>Test de condition d'aérobie Fat Max (fréquence cardiaque optimale)</p> <p>24x Séances d'accompagnement personnel en small group de 30 mins avec programme mensuel d'entraînement</p> <p>Programme mensuel d'entraînement</p> <p>2x Analyses de la composition corporelle DEXA</p> <p>1x Bilan de nutrition (plan alimentaire, conseils diététique et recettes) de 1h30</p> <p>Suivi nutritionnel à distance x10 (30mins) ou sur place x5 (60mins)</p> <p>Accès libre à la zone d'entraînement 7/7j de 6h-23h et en zone d'hypoxie</p>
320CHF/MOIS	275CHF/MOIS	220CHF/MOIS	175CHF/MOIS

*Pour les programmes 4, 8 et 12 mois

**Hors-médical sur les prestations sélectionnées