



Tarifs Coaching

Elyt'Fitness
STUDIO ET COACHING SPORTIF

STUDIO

SOLO / DUO

Séance découverte Valable 1 fois/nouvel élève

50 € Solo

35 € /pers

Séance unique

70 € Solo

45 € /pers

PASS' 10 Séances

Valable 3 mois
En 2 échéances maximum

65 € Solo

/Séance
Soit 650 €

42,50 € /pers

/Séance Full Access*
Soit 425€/pers

PASS' 20 Séances

Valable 6 mois
En 3 échéances maximum

60 € Solo

/Séance
Soit 1200 €

40 € /pers

/Séance Full Access*
Soit 800€/pers

*Full Access =Avec douche et sauna

Coaching A domicile

Sur Devis



Elyt'Fitness
STUDIO ET COACHING SPORTIF

• STUDIO privatisé rien que pour vous

• Terrasse pour prolonger le bien-être lorsque la météo le permet...

* Accès au distributeur d'eau

* Serviette microfibre

* Accès à la douche multi jets,

Avec tout le nécessaire de toilette et d'hygiène à votre disposition ainsi que des galets d'huiles essentielles façon SPA (à la demande)

* Détente et récupération au SAUNA

à infrarouge de fabrication française équipé de la luminothérapie ainsi que de la musique d'ambiance selon vos préférences ou avec votre clé USB (15 min).

(sur réservation)

*FULL ACCESS

Uniquement dans le cadre des PASS

En dehors des PASS, une participation de 4 € pour la douche et 20 € pour la séance sauna/douche (sauna 15 min).

Prêt serviette 1€ et gourde d'eau 1€ (à ne pas emporter)

Tarifs Small Group



Elyt'Fitness
STUDIO ET COACHING SPORTIF

STUDIO
privatisé

A la demande uniquement et sur RDV

Choisissez le jour, l'heure, la durée
ainsi que le contenu de votre séance

Venez accompagné(e) de 1 personne ou plus
(jusqu'à 6)

DUO

60 min 30€

45 min 25€

30 min 20€

TRIO

60 min 25€

45 min 20€

30 min 15€

QUATUOR

60 min 20€

45 min 15€

30 min 10€

5 à 7

60 min 15€

45 min 10€

30 min 5€

Tarifs par personne

Règlement possible par chèque en
3 échéances pour un PASS de 20 séances
2 échéances pour un PASS de 10 séances

Un certificat médical
de non contre indication
d'une activité physique et sportive
(datant de - de 3 mois)

Toute séance annulée moins de 24h avant,
une pénalité de 10 minutes
sera décomptée sur la prochaine séance.
(A partir de 2 annulations rapprochées
la séance est décomptée du PASS,
et en dehors d'un pass, la séance sera dûe)

Tout retard est perdu
sur votre temps de séance...

Merci de votre compréhension

Cours en Small Group STUDIO privatisé

Elyt'PILATES

Renforcer les muscles profonds,
Améliorer la posture
Se centrer sur soi afin d'estomper
Les maux de dos
Et se sentir plus libre au quotidien.



Elyt'PILATES & Stretch relax

Un duo parfait
afin de pratiquer une activité
Qui lie le travail musculaire et la détente.

Cours en Small Group STUDIO privatisé

Elyt' **My Body**

Cuisses abdo fessiers

Sculpter les abdominaux,
des fessiers rebondis
et des cuisses fermes !

Elyt' **Sphère**

Objectif full body !
on sculpte son corps avec
tout ce qui roule
afin de travailler en profondeur

Cours en Small Group STUDIO privatisé



Elyt' Stretch & relax

Laissez-vous guider au cours d'un voyage
ou vous allez explorer les bienfaits d'un moment
d'apaisement et de plénitude



Elyt' Toudou

Réveil musculaire et prévention des blessures
en douceur...

Afin de respecter votre intégrité
et avancer pas à pas

Pour un corps prêt à affronter le quotidien
En adoptant les bons réflexes.

Cours en Small Group STUDIO privatisé

Sortez de votre zone de confort!

Elyt'Functional Training

Améliorez significativement
votre condition physique

Avec un cours sous forme d'ateliers
Inspirés de mouvements fonctionnels

Elyt'Fraction

Entraînement dont l'objectif
est d'améliorer votre capacité
respiratoire et musculaire

Votre détermination est à l'épreuve !

45 secondes d'effort 15 secondes de récup active!

Et on recommence!



STUDIO privatisé



Sculptez votre corps
de façon totalement
UNIQUE et **LUDIQUE**

GRAVITY

Défiiez la gravité!!



Uniquement en Séance
Privée SOLO
Séance de 45 minutes

L'apésant'Elyt

By Sandra

Méthode de relaxation innovante

En Séance PRIVEE Solo
30 minutes 60 €

Bien plus qu'un lâcher prise
Une pause indescriptible
Pour le corps et l'esprit...

Vous n'avez rien à faire...
Simplement vous laisser faire