

ALC1. & ALC2. SÉANCE EMS

EN INDIVIDUEL OU EN GROUPE DE 3

MAB Sport vous invite à découvrir une approche révolutionnaire du fitness avec nos séances d'Electro Muscular Stimulation (EMS), en individuel ou en groupe de 3 personnes.

L'EMS, technologie de pointe utilisée par les athlètes de haut niveau, amplifie l'efficacité de chaque séance d'entraînement en stimulant simultanément plusieurs groupes musculaires. Nos sessions individuelles offrent un programme sur mesure, adapté à vos objectifs personnels, avec l'attention et les conseils personnalisés de nos instructeurs spécialisés et de coachs.

30 MIN EMS = 2H30 DE SPORT !

Pour une expérience sociale et motivante, nos séances en groupe vous permettent de partager l'énergie et la dynamique d'un entraînement collectif. Sous la direction de nos professionnels qualifiés, vous vivrez une séance stimulante et engageante, renforçant l'esprit d'équipe tout en améliorant votre condition physique.

OFFRE PERSONNALISÉE	EMS COURS INDIVIDUELS	EMS COURS GROUPE DE 3
<p>Après une heure d'échange et d'entretien concernant vos objectifs et votre bilan sportif initial, nous vous proposons un programme personnalisé de remise en forme.</p> <p><u>Programme personnalisé :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 mois : 150€ • 6 mois : 290€ <p>Accompagnement et coaching pour respecter le programme possible (en sus).</p>	<p>À votre domicile ou sur le lieu de pratique de MAB SPORT.</p> <p><u>Optez pour un accompagnement personnalisé :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 séance (30 minutes) : 75€ • Forfait 5 séances : 350€ • Forfait 10 séances : 600€ 	<p>À votre domicile, dans votre club sportif ou sur votre lieu de travail, offrez-vous une séance de 3 minutes de sport en groupe qui équivaut à plus de 2 heures de sport !</p> <p>1 séance : 45€/personne*</p> <p>Forfait 5 séances : 40€/personne*</p> <p>Forfait 10 séances : 35€/personne*</p> <p>*pour un groupe de 3</p>