

ROOTS

F I T N E S S

LES RÉSULTATS NE MENTENT PAS.

+300 TRANSFORMATION

15 ANS D'EXPERTISE EN COACHING SPORTIF

DES RÉSULTATS RÉELS. PAS DES PROMESSES.



ET SI LA PROCHAINE TRANSFORMATION ÉTAIT LA TIENNE ?

SEUL, C'EST PLUS DIFFICILE.

**LE VRAI DÉFI, CE N'EST PAS DE COMMENCER.
C'EST DE TENIR.**

- ✓ **UN CADRE CLAIR ET ÉFFICACE**
- ✓ **UN COACH À VOS CÔTÉS**
- ✓ **UNE MÉTHODE ADAPTÉE À VOTRE VIE**

**ON AVANCE ÉTAPE PAR ÉTAPE.
SANS PRESSION. SANS HASARD.**



COMMENT ÇA MARCHE ?

1. BILAN INITIAL

ON FAIT LE POINT SUR VOTRE OBJECTIF, VOTRE NIVEAU ET VOS CONTRAINTES.

2. RECOMMANDATION

CHOIX DE LA FORMULE LA PLUS ADAPTÉE.

3. MISE EN PLACE

COACHING PRIVÉ, ROOTS CAMP, EN LIGNE OU HYBRIDE.

4. SUIVI

ON AVANCE, ON AJUSTE, ON PROGRESSE.

TOUT COMMENCE PAR UN BILAN.



LE BON ACCOMPAGNEMENT.

LA FORMULE SE DÉFINIT APRÈS LE BILAN.

COACHING PRIVÉ
INDIVIDUEL. PRÉCIS. PERSONNALISÉ.

ROOTS CAMP
SEMI-PRIVÉ. ÉNERGIE. RÉGULARITÉ.

EN LIGNE / HYBRIDE
CADRE. SUIVI. FLEXIBILITÉ.

UNE MÉTHODE. PLUSIEURS FORMATS.
UN SEUL OBJECTIF : PROGRESSER.



COACHING PRIVÉ

INDIVIDUEL. PRÉCIS. PERSONNALISÉ.

- ✓ CORRECTION TECHNIQUE
- ✓ SÉANCE ADAPTÉE À VOTRE NIVEAU
- ✓ COACHING 100 % PERSONNALISÉ

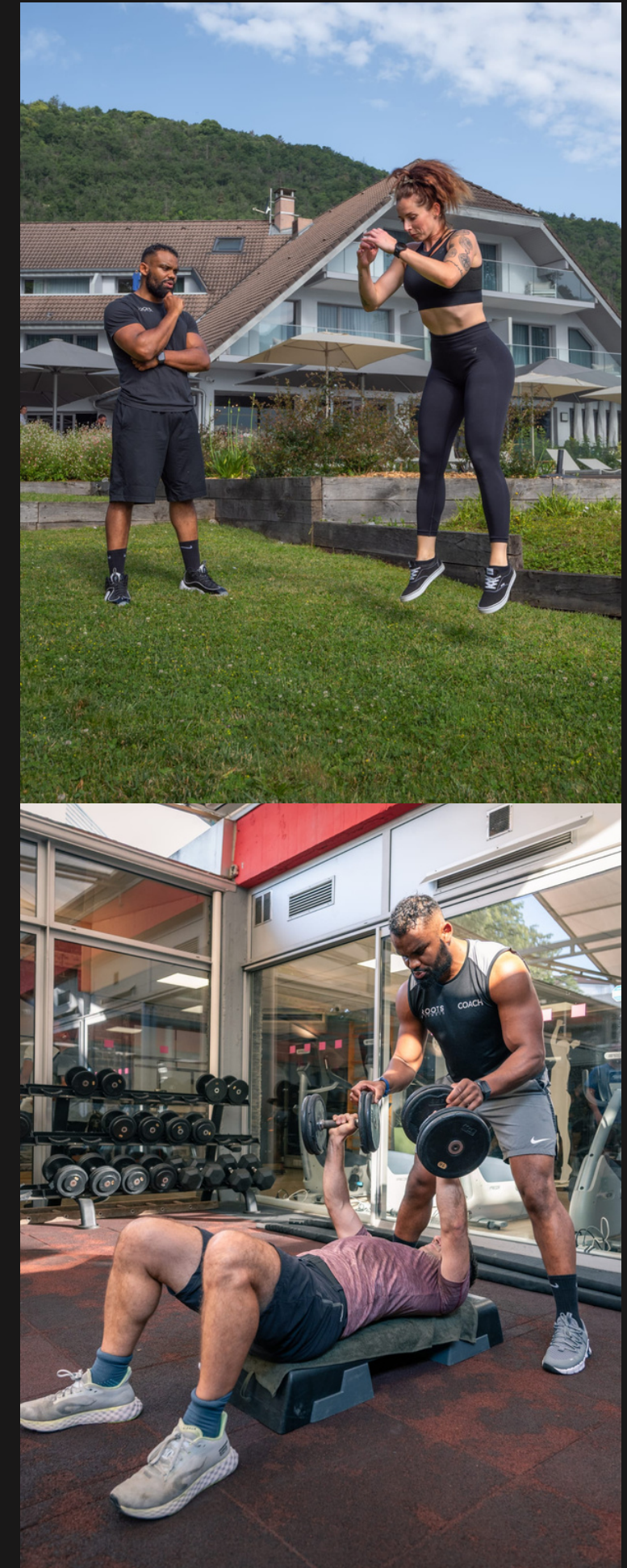
SÉANCE 60 MIN — **100 €**

PACK 4 SÉANCES — **360 €**

PACK 8 SÉANCES — **640 €**

POUR CELLES ET CEUX QUI VEULENT UN ACCOMPAGNEMENT PRÉCIS,
SÉRIEUX, ET ADAPTÉ À LEURS OBJECTIFS.

TOUS LES PACKS ET SÉANCES SONT VALABLES 1 MOIS À COMPTER DE LA DATE D'ACHAT.



ROOTS CAMP

COACHING SEMI-PRIVÉ

- ✓ ACCÈS AU CENTRE OLNESS INCLUS
- ✓ COACHING PRÉCIS EN PETIT GROUPE
- ✓ CADRE MOTIVANT ET RÉGULIER

SÉANCE UNIQUE — **39 €**

CARTE 12 SÉANCES — **420 €**

35 € /SÉANCE — *VALABLE 3 MOIS — SANS ENGAGEMENT*

ABONNEMENT — 8 SÉANCES /MOIS — **249 €**

31 € /SÉANCE

ENGAGEMENT INITIAL 3 MOIS — PRÉLÈVEMENT MENSUEL



ROOTS COACHING

PROGRAMME. SUIVI. PROGRESSION.

- ✓ PROGRAMME PERSONNALISÉ
- ✓ SUIVI WHATSAPP
- ✓ AJUSTEMENTS RÉGULIERS

ROOTS HYBRID PRIVÉ — 450 €/MOIS

Programme + suivi + 4 séances privées/mois

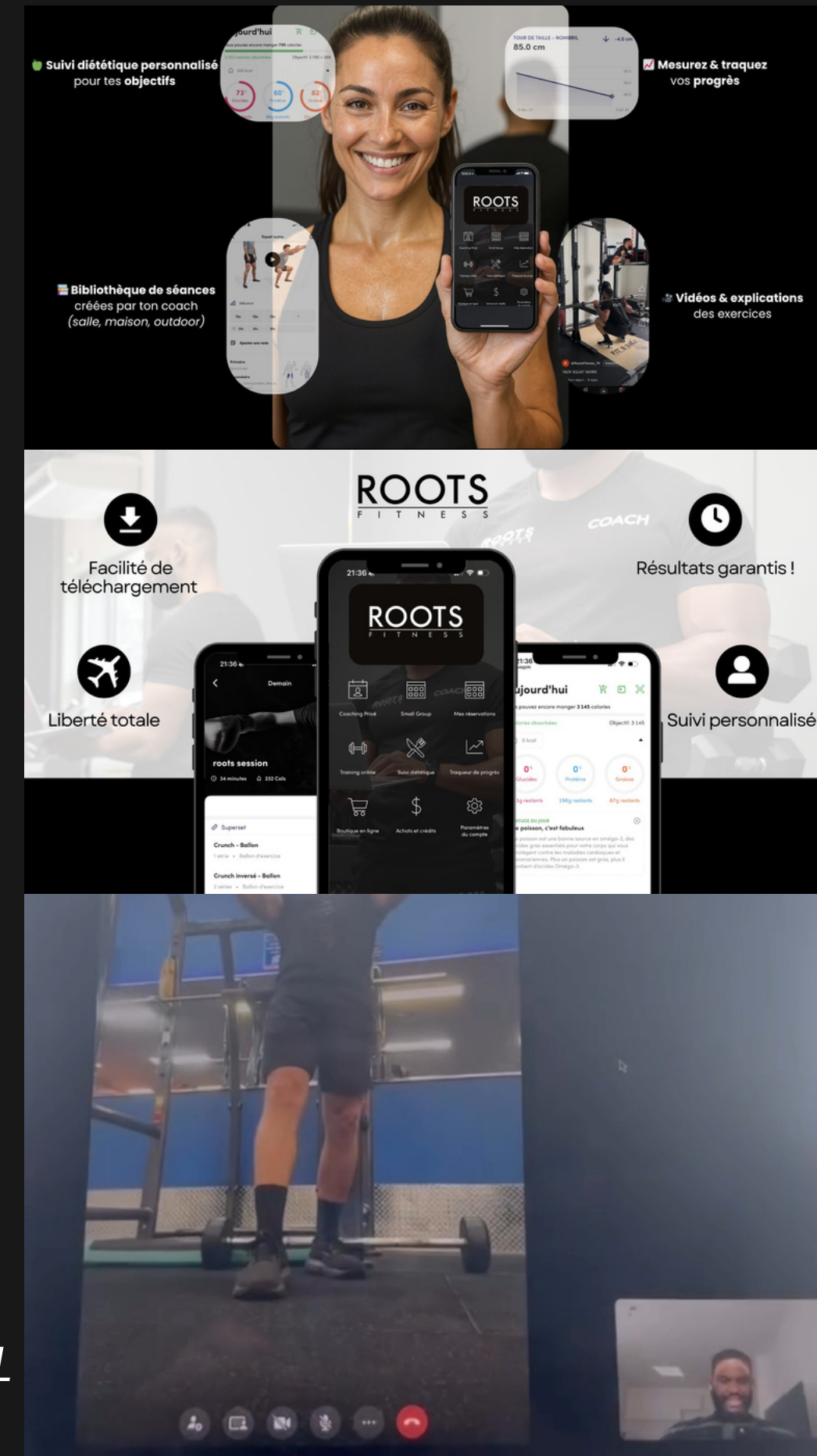
ROOTS HYBRID CAMP — 249 €/MOIS

Programme + suivi + 4 séances Roots Camp/mois

ROOTS ONLINE — 119 €/MOIS

Programme + suivi 100 % à distance

ENGAGEMENT INITIAL 3 MOIS — PRÉLÈVEMENT MENSUEL



PRÊT(E) À COMMENCER ?

TOUT COMMENCE PAR UN BILAN.

- ✓ OBJECTIF
- ✓ NIVEAU
- ✓ FORMULE ADAPTÉE

RÉSERVER MON BILAN

WHATSAPP : [[LIEN DIRECT](#)]

SITE : [ROOTSFITNESS.FR](https://rootsfitness.fr)

INSTAGRAM : [@ROOTSFITNESS](#)

ÉVÉNEMENTS PRIVÉS, ENTREPRISES ET BOOTCAMPS DISPONIBLES SUR DEMANDE.





TA TRANSFORMATION MAINTENANT !