Coach sportif
diplômé en sciences du sport

Une expérience sur mesure en séance individuelle ou collective.

Professeur agrégé d'Éducation Physique et Sportive, je propose des séances adaptées à tous les niveaux et à tous les âges.

Je vous accompagne avec bienveillance pour atteindre vos objectifs.

CARACENA CYPRIEN

Téléphone : 06 09 86 73 15
E-mail : cyprien.caracena@gmail.com
SIRET : 941 076 465 00017

Coaching personnalisé - 1h15
Remise en forme, souplesse, renforcement musculaire, cardio, préparation physique...
Suivi régulier sur demande.

- **Solo : 60 €**
- **Duo : 50 € / personne**

Cours collectifs - 1h
Stretching, gymnastique douce, pilates, step, cuisses-abdos-fessiers, HIIT, circuit-training, cardio-boxing et course à pied.

- **À partir de 3 personnes : 20 € / personne**

Activités sportives pour les enfants dès 5 ans - 1h
Séances ludiques pour développer les capacités physiques. Initiation à l'athlétisme, la gymnastique, la danse et aux sports collectifs.

- **Solo : 30 €**
- **À partir de 2 enfants : 15 € / enfant**