



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

## Tarifs Coaching Sportif 2024

version 1.2

**Disciplines assujetties à ce tarif :** Entraînement au poids de corps (type préparation physique), Course à pied, Nordic Walking, Ski alpin et de randonnée, Raquette à neige

### Groupe (max 10 personnes)

#### Abonnement de 12 cours

Cours groupe de 30 min,	156.-
Cours groupe de 45 min,	240.-
Cours groupe de 60 min,	288.-
	Prix par personne

#### Abonnement de 6 cours

Cours groupe de 30 min,	86.-
Cours groupe de 45 min,	132.-
Cours groupe de 60 min,	158.-
	Prix par personne

*Premier cours d'essai en groupe offert sans engagement*

### Petit-Groupe (3-5 personnes)

#### Abonnement de 12 cours

Cours groupe de 30 min,	186.-
Cours groupe de 45 min,	288.-
Cours groupe de 60 min,	346.-
	Prix par personne

#### Abonnement de 6 cours

Cours groupe de 30 min,	103.-
Cours groupe de 45 min,	158.-
Cours groupe de 60 min,	190.-
	Prix par personne

*Premier cours d'essai en groupe offert sans engagement*

### Entreprise

À discuter selon demande

env.130.- / 60 min



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

## Duo

### A la carte

Cours duo. de 30 min,  
Cours duo de 45 min,  
Cours duo de 60 min,

39.- \*

65.- \*

85.- \*

*Prix par personne*

### Abonnement de 12 cours

Cours duo. de 30 min,  
Cours duo de 45 min,  
Cours duo de 60 min,

421.- \*

702.- \*

918.- \*

*Prix par personne*

### Abonnement de 6 cours

Cours duo. de 30 min,  
Cours duo de 45 min,  
Cours duo de 60 min,

222.- \*

370.- \*

485.- \*

*Prix par personne*

## Individuel

### Séance d'entraînement

#### A la carte

Cours indiv. de 30 min,  
Cours indiv de 45 min,  
Cours indiv de 60 min,

60.-

100.-

130.-

#### Abonnement de 6 cours

Cours indiv. de 30 min,  
Cours indiv de 45 min,  
Cours indiv de 60 min,

342.-

570.-

742.-

#### Abonnement de 12 cours

Cours indiv. de 30 min,  
Cours indiv de 45 min,  
Cours indiv de 60 min,

650.-

1080.-

1400.-

### Plan entraînement course à pied

120.- /mois



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

### Formules 3 mois

Simple	540.-
- Coaching individuel 30 min 1x/mois	
- Plan d'entraînement	
Semi intensif	685.-
- Coaching individuel 30 min 2x/mois	
- Plan d'entraînement	
Intensif	975.-
- Coaching individuel 30 min 1x/sem	
- Plan d'entraînement	

### Séance d'évaluation /conseil

Bilan aptitude physique petite version avec rapport	150.-
Bilan aptitude physique grande version avec rapport	300.-
Analyse postural / Analyse style de course	110.-
Conseil, accompagnement / préparation mentale	110.-
Préparation d'un trek	220.-

### Pilates et Massage classique

### Prix libre

Etant encore en formation pour ces deux disciplines, je propose des prix libres 😊

Pilates : Je vise minimum 15.- par personne pour 45min de Pilates en petit groupe. Je suis d'accord de commencer aussi à ce prix avec une seule personne le temps de monter le groupe 😊

Massage : Je vise minimum 25.- pour 30 minutes de massage (massage de 30 à 60 min selon votre envie).



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

## **Conditions générales**

### **Annulation du cours**

En cas d'annulation du cours dans moins de 24h00, le cours est compté.

L'abonné peut annuler son abonnement à tout moment, mais aucun remboursement ne sera effectué pour la période en cours.

### **Validité abonnement**

L'abonnement est valable pour une période initiale de 3 mois, à compter de la date de souscription. Les cours en salle et en extérieur sont inclus dans l'abonnement, sous réserve de disponibilité et d'éventuelles modifications de l'horaire.

En cas d'annulation de cours en raison de conditions météorologiques défavorables, des alternatives ou des cours de remplacement seront proposés lorsque cela est possible.

### **Suspension de l'Abonnement :**

L'abonné peut demander la suspension de son abonnement pour une période maximale de 3 mois par an.

La demande de suspension doit être soumise par écrit au moins 15 jours avant la date de début de la suspension.

Cours et Services :

Les horaires des cours peuvent être sujets à des changements. Les mises à jour seront communiquées aux membres.

En cas d'annulation de cours, des alternatives seront proposées.

### **Force Majeure :**

En cas de force majeure (incendie, catastrophe naturelle, etc.), le centre de fitness se réserve le droit de suspendre ses services sans préavis.

### **Modification des Conditions :**

Je me réserve le droit de modifier ces conditions avec un préavis raisonnable.

### **Paieiment**

Le paieiment s'effectue avant la première séance (Cash ou facture).

### **Santé**

Tout participant est tenu de remplir le questionnaire de santé que je remets avant d'initier un cours et de signaler tout changement de son état de santé. Si le questionnaire de santé/changement d'état de santé est jugé incompatible pour suivre les cours, un certificat médical attestant la capacité à suivre le cours est demandé.



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

## Bedingungen

### **Stornierung des Kurses:**

Bei Stornierung des Kurses innerhalb von weniger als 24 Stunden wird der Kurs berechnet. Der Abonnent kann sein Abonnement jederzeit kündigen, jedoch wird keine Rückerstattung für den laufenden Zeitraum vorgenommen.

### **Gültigkeit des Abonnements:**

Das Abonnement ist für einen anfänglichen Zeitraum von 3 Monaten ab dem Anmeldedatum gültig. Die Kurse in der Halle und im Freien sind im Abonnement enthalten, vorbehaltlich der Verfügbarkeit und möglicher Änderungen im Zeitplan. Bei Stornierung von Kursen aufgrund ungünstiger Wetterbedingungen werden Alternativen oder Ersatzkurse angeboten, wenn dies möglich ist.

### **Aussetzung des Abonnements:**

Der Abonnent kann die Aussetzung seines Abonnements für maximal 3 Monate pro Jahr beantragen. Der Antrag auf Aussetzung muss schriftlich mindestens 15 Tage vor Beginn der Aussetzung eingereicht werden.

### **Kurse und Dienstleistungen:**

Die Kurszeiten können Änderungen unterliegen. Aktualisierungen werden den Mitgliedern mitgeteilt. Bei Kursstornierungen werden Alternativen angeboten.

### **Höhere Gewalt:**

Im Falle höherer Gewalt (Feuer, Naturkatastrophen usw.) behält sich das Fitnesscenter das Recht vor, seine Dienstleistungen ohne Vorankündigung auszusetzen.

### **Änderung der Bedingungen:**

Ich behalte mir das Recht vor, diese Bedingungen mit angemessener Vorankündigung zu ändern.

### **Zahlung:**

Die Zahlung erfolgt vor der ersten Sitzung (Bar oder Rechnung).

### **Gesundheit:**

Jeder Teilnehmer ist verpflichtet, den Gesundheitsfragebogen auszufüllen, den ich vor Beginn eines Kurses aushändige, und jede Änderung seines Gesundheitszustands zu melden. Wenn der Gesundheitsfragebogen/eine Änderung des Gesundheitszustands als unvereinbar mit der Teilnahme am Kurs erachtet wird, ist ein ärztliches Attest erforderlich, das die Fähigkeit zur Teilnahme am Kurs bestätigt.



sophiapiergiovanni.ch  
+41 79/822.41.02  
sophia.piergiovanni@gmail.com

## Conditions

### **Cancellation of the Course:**

In case of course cancellation within less than 24 hours, the session will be charged. The subscriber can cancel the subscription at any time, but no refund will be made for the current period.

### **Validity of the Subscription:**

The subscription is valid for an initial period of 3 months from the date of registration. Indoor and outdoor sessions are included in the subscription, subject to availability and possible schedule changes. In case of course cancellations due to unfavorable weather conditions, alternatives or replacement sessions will be offered when possible.

### **Subscription Suspension:**

The subscriber can request the suspension of the subscription for a maximum period of 3 months per year. The suspension request must be submitted in writing at least 15 days before the start of the suspension.

### **Courses and Services:**

Course schedules may be subject to changes. Updates will be communicated to the members. In case of course cancellations, alternatives will be proposed.

### **Force Majeure:**

In case of force majeure (fire, natural disasters, etc.), the fitness center reserves the right to suspend its services without notice.

### **Modification of Conditions:**

I reserve the right to modify these conditions with reasonable notice.

### **Payment:**

Payment is made before the first session (Geld or invoice).

### **Health:**

Every participant is required to fill out the health questionnaire that I provide before initiating a course and to report any changes in their health status. If the health questionnaire/change in health status is deemed incompatible with attending the courses, a medical certificate attesting to the ability to participate in the course is required.