

« **Z'ENERGY'M** »

MARTIN Denis

Coach Sophrologue Naturopathe

06 77 99 62 72

<http://www.zenergym.fr>



TARIFS DES SÉANCES

Entretien préalable : 15€ Pour faire le point sur objectifs, besoins, moyens...

Coaching individuels, Pilates, Sophrologie, Stretching, Soins <ul style="list-style-type: none">• 1 Séance (1h) : 45€• 2 Séances : 88€• 5 Séances : 210€ (Possible en 2 fois)• 10 Séances : 400€ (Possible en 4x100€)	Individuel à domicile* <ul style="list-style-type: none">• 1 Séance (1h) : 50€• 5 Séances : 235€• 10 Séances : 450€
Cohérence cardiaque <ul style="list-style-type: none">• 1 Séance (1h) : 30€• 5 Séances (40 min.) : 120€• 10 Séances (40 min.) : 230€	Mini-groupe à domicile* <ul style="list-style-type: none">• 2 personnes : 31€/pers.• 3 personnes : 24€/pers.• 4 personnes : 19€/pers.
Initiation méditation <ul style="list-style-type: none">• 6 Séances d'1 heure : 240€• 3 Séances de 2 heures : 240€• Sur une journée (groupe) : 250€	Mini-groupe à Zenergym <ul style="list-style-type: none">• 2 personnes : 30€/pers.• 2 personnes (2 séances) : 25€/pers.• 3 personnes : 23€/pers.
MBSR Mindfulness <ul style="list-style-type: none">• Séance entretien individuel préalable : 15€• 8 Séances d'1 heure 1/2 : 465€• Une journée « Retraite Zen » incluse.	Vibrations Japonaises <ul style="list-style-type: none">• 1 Séance : 45€• 5 Séances : 210€• 10 Séances : 400€

* Tarifs pour Bordeaux et communauté urbaine. Plus loin, prévoir frais de déplacements.

Pour les prises de rendez-vous : 06 77 99 62 72

Ou aussi, en page « Rendez-vous » du Blog : <http://2nisblog.e-monsite.com>