

PUP'FORM

Site internet	pupform.fr
Page Facebook	Teampupform
Tarif licence/adhésion	
Facilité de paiement	Paiement en plusieurs fois

Coaching sportif personnel et petits groupes

Public cible	<ul style="list-style-type: none">- Public sédentaire,- Public avançant en âge- Diabète- Surpoids et obésité- Maladies cardiovasculaires- Maladies respiratoires- Cancer- Handicap moteur
Jour et horaires	<ul style="list-style-type: none">• Lundi de 12h à 14h et 17h à 20h• Mardi de 8h30 à 14h et de 17h à 20h• Jeudi de 8h30 à 14h et de 17h à 20h• Vendredi de 8h30 à 14h et de 17h à 19h30• Samedi de 9h à 13h <p>Vacances scolaires comprises</p>
Lieu	2 rue saint joseph – 38000 Grenoble
Contact de l'éducateur sportif	PETELAZ Antoine 04.76.56.23.02 contact@pupform.com
Descriptif	Pratique en solo ou petits groupes d'activités physiques adaptées aux niveaux de pratique, douleurs, sensibilités, handicap ou affections.

Coaching Powerplate® - De vrais changements en 3 semaines seulement !

Un coaching dure 25 minutes et équivaut à 1h30 de renforcement musculaire. Votre coach vous accompagne au cours d'un enchaînement de postures de quelques secondes où vous alternez tonification, étirements, et relaxation. Chaque exercice musculaire est amplifié jusqu'à 97% de votre potentiel grâce aux accélérations de la technologie Power Plate Pro Air.

Coaching HBX® (Human Body Exercise) - Révolutionnez la manière de vous entraîner !

HBX à travers sa philosophie « Mieux bouger pour mieux vivre » apporte du fun, de la performance et des résultats concrets. Qualité de l'entraînement, et coaching de 4 à 6 personnes, quel que soit votre âge ou votre niveau de pratique. HBX permet d'apporter une expérience et un accompagnement inoubliable en participant à trois types de cours : TRX®, ViPR® et Boxing Circuit, en améliorant votre espérance de santé jusqu'à vos performances.

ProskiFit360Simulator® - Préparez-vous au ski comme jamais !

Simulateur de ski fitness immersif et connecté, descendez, freeridez et slalomez comme les champions dans une expérience ski en réalité virtuelle hors du commun en vous confrontant à vos amis ou à vous-même. Renforcement musculaire et cardio vasculaire garanti !

SpaBike Dynamika - Brûlez 500 à 800 kcal en 30 minutes !

Ce vélo vous permettra d'améliorer à la fois votre condition physique, de diminuer votre cellulite et de vous rendre les jambes ultra légère grâce à l'eau et aux buses de massage. Dans une cabine individuelle et avec une eau renouvelée à chaque séance et un programme personnalisé basé sur votre évaluation.