

2024 - 2025

Pour vous aider au mieux à atteindre vos objectifs

Prestations

Programme classique

Vous souhaitez retrouver une alimentation saine, en adéquation avec votre personnalité et vos envies afin d'atteindre vos différents objectifs.

Ce programme est fait pour toi

Programme sportif

Tu souhaites améliorer tes performances dans ta discipline. L'alimentation est un facteur clé de cette réussite. Je te conseil de te tourner vers ce programme pour avoir un accompagnement nutritionnel spécifique à ton sport.

— Les différentes prestations

Sommaire

Programme classique

| | |
|------------------|----|
| Programme 1 mois | 02 |
| Programme 2 mois | 02 |
| Programme 3 mois | 02 |

Programme sportif

| | |
|-------------------|----|
| Programme 3 mois | 03 |
| Programme 6 mois | 03 |
| Programme 12 mois | 03 |

“ Il faut se fixer des buts avant de
pouvoir les atteindre ”

- MICHAEL JORDAN



Programme classique



Programme 1 mois

85 euros

soit 85 euros / mois

- 1 consultation bilan
- 1 consultation suivi
- Mise en place des objectifs
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Accès à l'application Alivio

Programme 2 mois

160 euros

soit 80 euros / mois

- 1 consultation bilan
- 3 consultations suivi
- Mise en place des objectifs
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Accès à l'application Alivio

Programme 3 mois

225 euros

soit 75 euros / mois

- 1 consultation bilan
- 5 consultations suivi
- Mise en place des objectifs
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Accès à l'application Alivio

Programme sportif



Programme 3 mois

285 euros

soit 95 euros / mois

- 1 consultation bilan sportif
- 5 consultations suivi sportif
- Mise en place des objectifs
- Mise en place d'une stratégie
- Préparation compétitions
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Suivi nutritionnel
- Accès à l'application Alivio

Programme 6 mois

540 euros

soit 90 euros / mois

- 1 consultation bilan sportif
- 11 consultations suivi sportif
- Mise en place des objectifs
- Mise en place d'une stratégie
- Préparation compétitions
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Suivi nutritionnel
- Accès à l'application Alivio

Programme 12 mois

1020 euros

soit 85 euros / mois

- 1 consultation bilan sportif
- 23 consultations suivi sportif
- Mise en place des objectifs
- Mise en place d'une stratégie
- Préparation compétitions
- Mon carnet alimentaire individualisé
- Body composition
- Suivi nutritionnel
- Accès à l'application Alivio

LIARD-OTTENIN ANTOINE

DIÉTÉTICIEN-NUTRITIONNISTE



CONTACT

Téléphone : 07 65 83 60 45

Mail : loanutrition@outlook.fr

Si vous avez des questions
n'hésitez pas à me contacter.

LOA
nutrition