

Informations sur la structure

<i>Nom de(s) l'activité(s)</i>	Prévention dos Pilates Yoga Renforcement musculaire Sport de combat Fitness Sophrologie / relaxation / stretching Nutrition / diététique
<i>Nom de la structure</i>	Be Human Performance (BHP)
<i>Adresse du site de pratique</i>	15 ZAC de l'europe 59310 Orchies
<i>Nom prénom de la ou les personnes encadrantes</i>	Boitel Guillaume Mixte Florian Cherik Elie Vienot Sebastien Berbera Elias Gabez Chrsitopher Baert Sylvain Barthelemy Yannick
<i>Formation des personnes encadrantes</i>	Préparateur Physique, Coach sportif, coach APA, Nutritionniste / diététicien / Kinésithérapeute / Psychologue / Sophrologue
<i>Nom/Prénom du référent de la structure</i>	Dr Boitel Guillaume
<i>Email et téléphone du référent de la structure</i>	boitel.g@gmail.com 06 48 76 68 41

Informations sur les activités

<i>Description de l'activité</i>	Nos activités sont destinées à l'amélioration de la santé et de la conditions physique. BHP dispose d'un pole d'expertise santé (kinésithérapeute, medecine du sport, consultation de chirurgien, Nutrition, Psuchologue, Ophthalmologue, orthoptiste), de Recherche et développement, d'expertise de la performance sportive
<i>Description d'une séance type</i>	Avant nos séances nous réalisons un bilan de santé chiffré afin de quantifier les effets de l'activité physique. Ainsi, le pratiquant est pleinement acteurs de sa santé. Nous débutons par une analyse de la composition corporelle ainsi qu'un bilan de condition physique.

Type de groupe (niveau, sport santé oui/non, moyenne d'âge, etc...)

Activité adaptée à des personnes atteintes de maladies chroniques : OUI/NON

Nombre de personnes par séance

Horaires et jours des séances « classiques »

Pouvez-vous proposer des séances d'initiation gratuite : OUI / NON

Si non, quel est le coût d'une séance d'initiation

Quel est le coût de la pratique régulière de votre activité (adhésion à l'année, tarification à la séance, montant etc...)?

Existe-t-il un tarif dégressif si début de l'activité en cours d'année ? Si oui lequel ?

Faut-il une tenue particulière pour la pratique du sport ? Si oui laquelle ?

Quel matériel est mis à disposition pour la pratique ?

Les séances débutent par un temps d'échange, puis échauffement corps de séance et retour au calme.

Nous adaptons les exercices à chacun avec des niveaux de difficultés différentes.

Nous réalisons un retour oral avec chacun en fin de séance.

Nous réalisons nos séances en small group
Nos séances s'adaptent aux différentes niveaux de pratique.

Nous réalisons du sport santé
Moyenne d'âge de 25 à 70 ans)

oui

8 à 12

Du lundi au vendredi

8h / 12h15 / 14h à 16h

18h à 21H

Samedi le matin

Coûts liés à la pratique

Oui

5 euros la séance
Abonnement mensuel de 35 110 euros.
Pas de frais de mise en service
Pas d'engagement.

Non tarification mensuel

Tenue souple et tenue sportive suivant le type de séance

Serviette et bouteille d'eau

Le matériel nécessaire à la pratique, le pratiquant n'a rien à apporter.