



Grille tarifaire – Méthode ELMANS



**COACHING &
ACCOMPAGNEMENT
PERSONNALISÉ**

◆ Consultation – 25 €

Durée : 45 min

Échange complet pour analyser vos besoins et définir votre programme. Ecoute et conseils.



◆ Coaching 7 jours – 70 €

Accompagnement quotidien

Accompagnement quotidien pour transformer vos habitudes et retrouver énergie & motivation.



◆ **Coaching corporel & émotionnel – 60 € -**
Consultez nos offres PACKS

Durée : 1h

Je vous accompagne en douceur et en profondeur pour libérer vos émotions et soulager vos douleurs invisibles grâce à la Méthode ELMANS.



◆ Coaching nutrition – 150



Durée : 1 mois

Programme complet pour transformer votre silhouette et renforcer votre confiance.



PACKS – Tarifs avantageux



Pack Coaching corporel & émotionnel – 150 € au lieu de ~~170€~~

2 séances d'1h pour progresser durablement. Travailler sur vos douleurs, vos émotions et vos énergies.

7 jours de coaching Nutrition ELMANS pour vous aider à enclencher le processus pour perdre du poids sans frustration ni régime.

PLANTES ELMANS

◆ Cure complète – 15 €



Cure 20 jours

Cure 20 jours : **digestion, ballonnements, peau, cheveux, minceur.**



◆ Cure Détox – 7 €

7 jours pour purifier le corps et relancer l'énergie.



**POURQUOI LA
METHODE ELMANS?**

✓ Expertise certifiée

Diplômée en sport, nutrition et santé. Je vous offre un accompagnement sérieux, sécurisé et profondément professionnel, pensé pour votre bien-être.

✓ Méthode ELMANS : unique et personnalisée



Approche unique

Approche développée par mes soins, mêlant mouvement, respiration, émotionnel et nutrition.

✓ **Accompagnement humain et bienveillant**

Ce n'est pas que du coaching "générique" : séance adaptée à la personne, à son énergie, à son vécu.

Résultats concrets

Amélioration du sommeil, perte de poids, réduction du stress, regain d'énergie, meilleure digestion, confiance retrouvée.

✓ Tarifs accessibles et professionnels

Mes tarifs sont dans la moyenne du marché tout en offrant une qualité supérieure grâce à mon expérience, mon parcours médical, mon approche globale et ma Méthode unique.