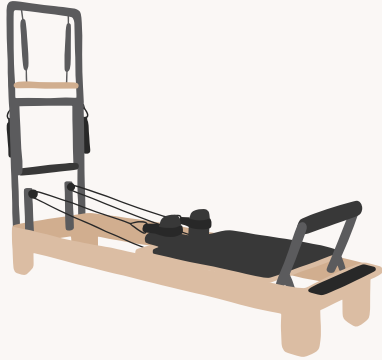




POURQUOI CHOISIR LE PILATES ?

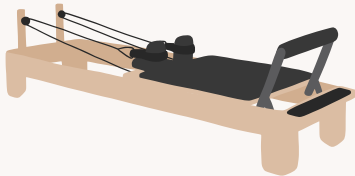
NOS MACHINES



REFORMER + TOWER



STEP BARREL



REFORMER



LADDER BARREL



PILATES MAT

QU'EST-CE QUE LE PILATES ?

Le Pilates est une méthode de renforcement musculaire qui associe des mouvements contrôlés, fluides et précis à une respiration consciente.

Il permet de renforcer le corps en profondeur tout en améliorant la posture et la mobilité.

POURQUOI PRATIQUER LE PILATES ?

Améliore la posture et l'équilibre

Renforce la sangle abdominale et les muscles profonds

Sculpte la silhouette et relâche les tensions

Améliore la respiration et la coordination

Développe la condition physique générale

Apporte détente et bien-être mental

À QUI S'ADRESSE LE PILATES ?

Accessible à tous les âges et à tous les niveaux.

COMMENT SE DÉROULE UNE SÉANCE ?

Chaque séance dure 1 heure, avec un accompagnement précis et personnalisé à chaque exercice.

QUI VOUS ACCOMPAGNE ?

L-Fy Studio, à votre service depuis 6 ans pour votre bien-être.

Nous utilisons notre propre manuel pédagogique :

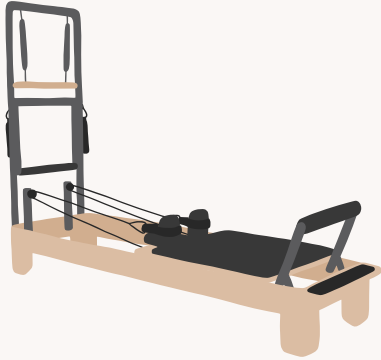
Manuel L-FY – La Méthode Pilates, conçu par Belly Malala RAVELOARIJAONA.



PACKAGE SOLO

Cours privés

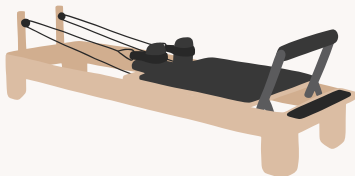
NOS MACHINES



REFORMER + TOWER



STEP BARREL



REFORMER



LADDER BARREL



PILATES MAT

COURS PRIVÉS- REFORMER & TOWER

- **SÉANCE À L'UNITÉ**
1 séance d'1H: 120 000 AR
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
440 000 AR
3 séances Reformer
1 séance Reformer + Tower
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
800 000 AR
6 séances Reformer
2 séances Reformer + Tower
1 séance de Mat ou Step Barrel
Offert (Cours Collectifs)

COURS PRIVÉS- MAT, BARREL & TOWER

- **SÉANCE**
1 séance d'1H: 70 000 AR
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
260 000 AR
3 séances Mat & Barrel
1 séance Tower
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
480 000 AR
6 séances Mat & Barrel
2 séances Tower

COURS PRIVÉS- BARREL, TOWER & REFORMER

- **FORFAIT 4 SÉANCES**
350 000 AR
1 séance Barrel
1 séance Tower
2 séances Reformer
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
660 000 AR
2 séances Barrel
2 séances Tower
4 séances Reformer
1 séance Mat Offert (Cours collectifs)

COURS PRIVÉS- TOWER

- **SÉANCE**
1 séance d'1H: 80 000 AR
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
300 000 AR

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

+261 33 14 461 96

L-Fy Studio Analamahitsy

www.lfystudio.com

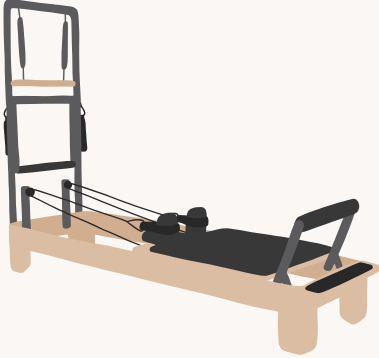
- **FORFAIT 4 SÉANCES (1 MOIS)**
- **FORFAIT 8 SÉANCES (2 MOIS)**



PACKAGE DUO

Cours privés

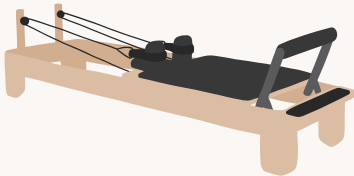
NOS MACHINES



REFORMER + TOWER



STEP BARREL



REFORMER



LADDER BARREL



PILATES MAT

COURS PRIVÉS - REFORMER

- **SÉANCE À L'UNITÉ**
1 séance d'1H: 110 000 AR/pers
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
400 00 AR/pers
4 séances Reformer
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
760 000 AR/pers
8 séances Reformer
1 séance de Mat ou Step Barrel Offert (Cours Collectifs)

COURS PRIVÉS - MAT & STEP BARREL

- **SÉANCE**
1 séance d'1H: 65 000 AR/pers
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
240 000 AR / pers
4 séances Mat & Step Barrel
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
440 000 AR/pers
8 séances Mat & Step Barrel

COURS PRIVÉS - STEP BARREL & REFORMER

- **FORFAIT 4 SÉANCES**
310 000 Ar/pers
2 séances Step Barrel
2 séances Reformer
- **FORFAIT 8 SÉANCES**
580 000 AR/pers
4 séances Step Barrel
4 séances Reformer
1 séance de Mat Offert
(Cours collectifs)

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

- FORFAIT 4 SÉANCES (1 MOIS)
- FORFAIT 8 SÉANCES (2 MOIS)

+261 33 14 461 96

L-Fy Studio Analamahitsy

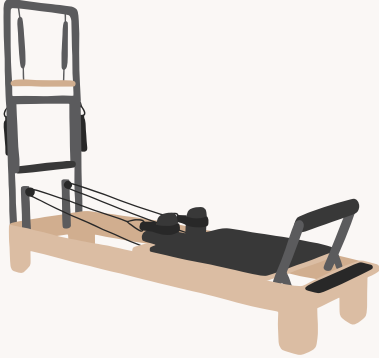
www.lfystudio.com



PLANNING & TARIFS

Cours Collectifs Mat & Step Barrel

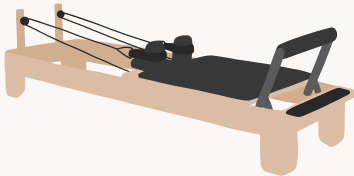
NOS MACHINES



REFORMER + TOWER



STEP BARREL



REFORMER



LADDER BARREL



PILATES MAT

PILATES MAT

- **SÉANCE À L'UNITÉ**
1 séance d'1H: 35 000 AR
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
125 00 AR
- **Forfait 12 séances**
360 000 AR

PILATES STEP BARREL

- **SÉANCE À L'UNITÉ**
1 séance d'1H: 45 000 AR
- **FORFAIT 4 SÉANCES**
170 00 AR
- **Forfait 12 séances**
470 000 AR
+ 1 séance de Pilates Mat Offert

PILATES MAT & STEP BARREL

Forfait 12 séances
430 000 AR

**LES JOURS & HORAIRES POUR LES COURS PRIVÉS
SONT VARIABLES SELON LES DISPONIBILITÉS.**

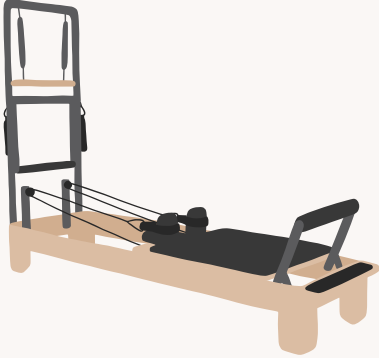
INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

- **FORFAIT 4 SÉANCES (1 MOIS)**
 - **FORFAIT 12 SÉANCES (3 MOIS)**
- +261 33 14 461 96
L-Fy Studio Analamahitsy
www.lfystudio.com



CONDITIONS DE RÉSERVATIONS & D'ANNULATIONS

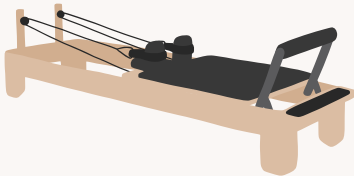
NOS MACHINES



REFORMER + TOWER



STEP BARREL



REFORMER



LADDER BARREL



PILATES MAT

RÉSERVATIONS

- Les réservations se font en avance ou au plus tard la veille, par WhatsApp au +261 33 14 461 96.
- Vous pouvez réserver en avance pour plusieurs séances.
- Un message de reconfirmation vous sera envoyé la veille du cours.

FORFAIT 1 Mois, 2 MOIS, 3 MOIS

- Les cours sont payables à l'avance ou au premier cours.
- Les abonnements sont valables de date à date. Exemple : du 5 janvier au 5 février.
- En cas d'absence ou d'imprévu, le cours peut être rattrapé durant la période de validité de l'abonnement, selon les places disponibles.
- Si l'abonnement est périmé, les cours restants seront convertis en séances individuelles (à tarif unitaire).

ANNULATIONS

- Annulation possible jusqu'à minuit la veille du cours.
- Toute annulation le jour J entraîne des frais : 25.000 AR, lors de la prochaine séance.
- Sans réponse ni annulation, la séance sera considérée comme due et facturée intégralement.

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

+261 33 14 461 96

L-Fy Studio Analamahitsy

www.lfystudio.com