



Personal Training

Get results and feel great! No matter what your goals - our personal trainers will work with you to put all the pieces together with a safe and effective program.

LifeFIT Canada offers flexible package options and payment plans. Training is available in a single one-hour session or four, eight and twelve-hour packages. The more you purchase the more you save.

Private Training – One-on-One

These customized sessions allow trainers to design the most efficient routine possible to address your needs within the time you have to exercise.

	Fitness Member	RA Member
one-hour session	\$ 55	\$ 59
4-hour package	\$ 195	\$ 219
8-hour package	\$ 376	\$ 410
12-hour package	\$ 537	\$ 621

Personal Training for Two

Personal Training for Two is best suited for two individuals who are working on similar goals. Prices are per person.

	Fitness Member	RA Member
one-hour session	n/a	n/a
4-hour package	\$ 135	\$ 159
8-hour package	\$ 256	\$ 300
12-hour package	\$ 375	\$ 450

Take advantage of our special personal training package. This is a one time offer of 3-one hour sessions for \$135.00! Results show that you can achieve better results 3 times faster when you work with a trainer!

For information, pricing and to book your first appointment, please contact us directly. Whatever your reason, we welcome the opportunity to work with you.

Prices are in effect September 1, 2009. Prices include all taxes.

Entraînement personnel

Obtenez des résultats et sentez vous bien!

Peu importe vos objectifs - nos entraîneurs personnels travailleront avec vous à réunir tous les éléments à l'aide d'un programme efficace et sécuritaire.

LifeFIT Canada offre des forfaits et des plans de paiement souples. L'entraînement est disponible sous forme d'une seule séance d'une heure ou de forfaits de 4, 8 et 12 heures. Plus vous en achetez, plus vous économisez.

Entraînement privé – individualisé

Ces séances sur mesure permettent aux moniteurs de concevoir le programme le plus efficace possible pour satisfaire vos besoins durant le temps dont vous disposez pour faire de l'exercice.

	Membre de cond. phys.	Membre du RA
Séance d'une heure	55 \$	59 \$
Forfait de 4 heures	195 \$	219 \$
Forfait de 8 heures	376 \$	410 \$
Forfait de 12 heures	537 \$	621 \$

Entraînement personnalisé pour deux

L'entraînement personnalisé pour deux convient le mieux à deux personnes qui ont des objectifs semblables. Les prix indiqués sont pour une personne.

	Membre de cond. phys.	Membre du RA
Séance d'une heure	n.d.	n.d.
Forfait de 4 heures	135 \$	159 \$
Forfait de 8 heures	256 \$	300 \$
Forfait de 12 heures	375 \$	450 \$

Profitez de notre forfait spécial d'entraînement personnalisé. Il s'agit d'une offre unique comprenant 3 séances d'une (1) heure pour seulement 135\$. Il a été démontré que vous pouvez obtenir de meilleurs résultats 3 fois plus vite lorsque vous travaillez avec un entraîneur personnel!

Pour obtenir des renseignements, des prix et pour réserver votre premier rendez-vous, veuillez communiquer directement avec nous. Quelle qu'en soit la raison, nous apprécions la possibilité de collaborer avec vous.

Frais en vigueur le 1^{er} septembre 2009. Taxes comprises.