

AMAMESURE - étude posturale avec vélo

TARIF (Tarifs au 01/10/2022)	230,00 €	DURÉE : 2h30 environ
--	-----------------	-----------------------------

POUR QUEL VÉLO ?

Pour les vélos de route, gravel, fixie/singlespeed, randonneuse, VTT Cross Country

POUR QUI ?

Pour les personnes à la recherche de plus de confort, d'un gain de performance, **ayant des douleurs persistantes** ou celles désireuses de revoir **fondamentalement** leur position sur le vélo

ETAPES	CE QUI EST RÉALISÉ	COMMENTAIRES
ACCUEIL	Accueil et boisson de bienvenue	
FICHE DE RENSEIGNEMENTS	Prise de contact, confidentialité	Apprendre à vous connaître, détail de votre besoin et objectifs sportifs éventuels
MISE EN PLACE DU VÉLO	Positionnement et discussion autour de votre vélo	Questions/réponses sur les premières constatations
TEST DYNAMIQUE	Test sur ergomètre avec simulateur	Photos et vidéos de contrôle visuel AVANT
MESURES	Prise de mesures selon fiche Tests de souplesse	Analyse des premiers calculs et mesures Contrôle et analyse par photos/vidéos
REGLAGE EN DYNAMIQUE	Test sur ergomètre avec simulateur Réglage et proposition matériel, questions/réponses	Photos et vidéos de contrôles visuels APRES
TEST DYNAMIQUE PARTAGE PHOTOS/VIDEOS	Test sur ergomètre avec simulateur	Photos et vidéos de contrôle visuel FINAL Répartition puissance gauche/droite,...
FIN	Retour sur la démarche, le déroulé, la suite à donner	Compte rendu écrit, fichier PDF envoyé Formalisation des recommandations Photos et vidéos disponibles Conseils pour améliorer la souplesse,...
CAPTEUR DE PUISSANCE	Pour les personnes roulant avec des pédales LOOK ou SHIMANO, étude avec des pédales FAVERO ASSIOMA ou Garmin RALLY RS 200 et permettant de générer des données supplémentaires sur vos aptitudes.	
COMPRIS DANS LA PRESTATION	Les démontages/réglages de votre vélo (hors fournitures) et issus de l'étude. Réglage de vos cales chaussures pour une paire. Suivi sur 1 mois de l'évolution des réglages. 2h pour une reprise de côtes et/ou un test dynamique avec photos/vidéos.	

AMAMESURE - étude posturale CLM (TT)

TARIF (Tarifs au 01/10/2022)	260,00 €	DURÉE : environ 3h environ
--	-----------------	-----------------------------------

POUR QUEL VÉLO ?

Pour les vélos de contre la montre (TT) OU vélo de route avec repose-bras à monter et/ou à régler

POUR QUI ?

Pour les personnes à la recherche de plus de confort, d'un gain de performance, **ayant des douleurs persistantes** ou celles désireuses de revoir **fondamentalement** leur position sur le vélo

ETAPES	CE QUI EST RÉALISÉ	COMMENTAIRES
ACCUEIL	Accueil et boisson de bienvenue	
FICHE DE RENSEIGNEMENTS	Prise de contact, confidentialité	Apprendre à vous connaître, détail de votre besoin et objectifs sportifs éventuels
MISE EN PLACE DU VÉLO	Positionnement et discussion autour de votre vélo	Questions/réponses sur les premières constatations
TEST DYNAMIQUE	Test sur ergomètre avec simulateur	Photos et vidéos de contrôle visuel AVANT
MESURES	Prise de mesures selon fiche Tests de souplesse	Analyse des premiers calculs et mesures Contrôle et analyse par photos/vidéos
REGLAGE EN DYNAMIQUE	Test sur ergomètre avec simulateur Réglage et proposition matériel, questions/réponses	Photos et vidéos de contrôles visuels APRES
TEST DYNAMIQUE PARTAGE PHOTOS/VIDEOS	Test sur ergomètre avec simulateur	Photos et vidéos de contrôle visuel FINAL Répartition puissance gauche/droite,...
FIN	Retour sur la démarche, le déroulé, la suite à donner	Compte rendu écrit, fichier PDF envoyé Formalisation des recommandations Photos et vidéos disponibles Conseils pour améliorer la souplesse,...
CAPTEUR DE PUISSANCE	Pour les personnes roulant avec des pédales LOOK ou SHIMANO, étude avec des pédales FAVERO ASSIOMA ou Garmin RALLY RS 200 et permettant de générer des données supplémentaires sur vos aptitudes.	
COMPRIS DANS LA PRESTATION	Les démontages/réglages de votre vélo (hors fournitures) et issus de l'étude. Réglage de vos cales chaussures pour une paire. Suivi sur 1 mois de l'évolution des réglages. 2h pour une reprise de côtes et/ou un test dynamique avec photos/vidéos.	

AMAMESURE - étude posturale sans vélo

TARIF (Tarifs au 01/10/2022)	240,00 €	DURÉE : 2-3h + temps nécessaire au positionnement après achat
--	-----------------	--

POUR QUI ?

Cette étude posturale est dédiée aux personnes voulant acquérir un nouveau vélo et cherchant des conseils sur la taille, la marque, la nature des équipements à choisir,...

ETAPES	CE QUI EST RÉALISÉ	COMMENTAIRES
ACCUEIL	Accueil et boisson de bienvenue	
FICHE DE RENSEIGNEMENTS	Prise de contact, confidentialité	Apprendre à vous connaître, détail de votre besoin et objectifs sportifs éventuels
MESURES	Prise de mesures biométriques Réalisation de tests de souplesse	Analyse des premiers calculs et mesures Contrôle et analyse par photos
TEST DYNAMIQUE	Utilisation KICKR BIKE pour trouver la position la plus adéquate à votre morphologie	https://fr-eu.wahoofitness.com/devices/smart-bike/kickr-bike
RECHERCHES	Comparaison des données biométriques avec votre choix de vélo ou recherches sur un autre modèle	Confirmer le choix de votre vélo ou s'orienter vers un autre modèle plus adapté
FIN	Retour sur la démarche, le déroulé, la suite à donner	Compte rendu écrit, fichier PDF envoyé Formalisation des recommandations Photos disponibles Conseils pour améliorer la souplesse,...
APRÈS ACHAT DE VOTRE VÉLO	Positionnement selon les données issues du rendez-vous initial et des données en dynamique	Suivi sur 1 mois de votre position
NON COMPRIS DANS LA PRESTATION	La réalisation des démarches pour l'achat du vélo. Ce n'est pas une étude posturale telle que déroulée sur la forme classique. Me contacter pour de plus amples renseignements.	

AUTRES TARIFS AMAMESURE

TARIF (Tarifs au 01/10/2022)	Prix en € hors fournitures	Commentaires
Etude posturale pour un vélo route/ VTT, gravel supplémentaire	130	Si étude posturale réalisée au préalable (depuis - de 1 an)
Etude posturale pour un vélo CLM	150	Si étude posturale route, VTT, TT ou gravel réalisée au préalable (depuis - de 1 an)
Si étude posturale déjà réalisée au préalable (- de 1 an). Etude pour déterminer la géométrie et les composants pour un futur achat (vélo route ou gravel)	130	À l'aide du Wahoo KICKR BIKE, reproduction de toute géométrie de cadre et selon les données des fabricants. Conseils pour le choix des composants tels que potence/ cintre, braquet, ... Pour les personnes ayant déjà réalisée une étude posturale, le prix comprend le réglage une fois l'achat effectué.
Changement de cales à l'identique	25	Même type de cales et même chaussures. (compris étude complète ou simplifiée et pour une paire de chaussures) sans passage en dynamique sur ergomètre
Réglage ou changement de cales avec essai dynamique	50	Revue de la position des cales selon les pieds, le modèle de cales et des chaussures. Passage sur ergomètre pour les contrôles en dynamique avec votre vélo.
Réglage orientation, hauteur de selle + niveau	20	Pas de modification du recul de selle
Taux horaire pour le montage/réglage de votre matériel	40	Prenez contact pour toute demande de prestation et afin qu'un devis vous soit proposé.
Taux horaire pour le réglage de la position des éléments du vélo	50	
VOUS NE TROUVEZ PAS VOTRE INTERVENTION ?	Prenez contact via l'adresse mail pour toute question et une estimation gratuite vous sera transmise amamesurefrance@gmail.com Une multitude d'intervention est possible avec AMAMESURE	