

**Iris Équilibre**  
FORME & BIEN-ÊTRE

Mon indice de forme

Profil type le 31/01/2023

## Mon indice général

# Profil type

31/01/23



Souplesse

2



Mental & stress

3



Cardio

4



Force

4

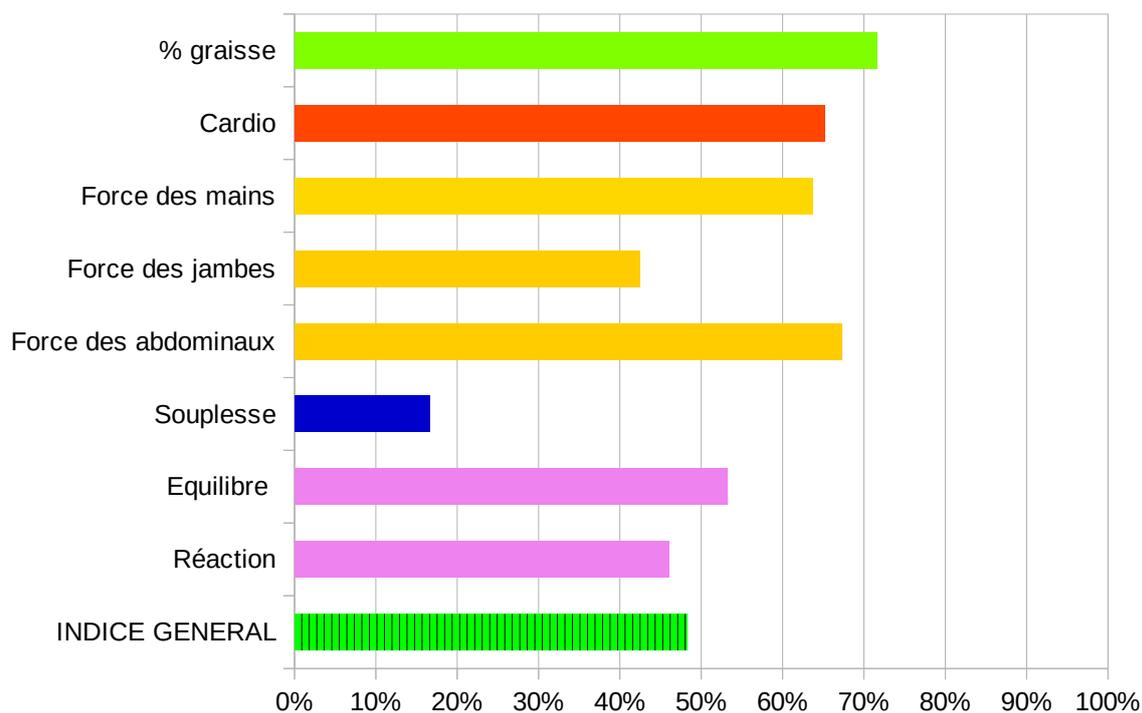


Composition

5

## Mon capital - comparaison graphique

Le graphique ci dessous compare vos scores à ceux d'une personne de même âge et de même sexe (moyenne = 50%)



Vous pouvez mettre en place des actions pour maintenir ou améliorer un ou plusieurs de ces facteurs :

- En faisant une analyse approfondie de votre profil (Contacter l'association)
- En trouvant un partenaire sur notre site internet : [www.iris-asso.org](http://www.iris-asso.org)

Mon prochain bilan forme :

07/23



**Iris Équilibre**  
FORME & BIEN-ÊTRE

Mon capital forme

Profil type

31 janvier 2023

## Mon équilibre interne

5



Souplesse

1



Mental & stress

6



Cardio

6



Force

6

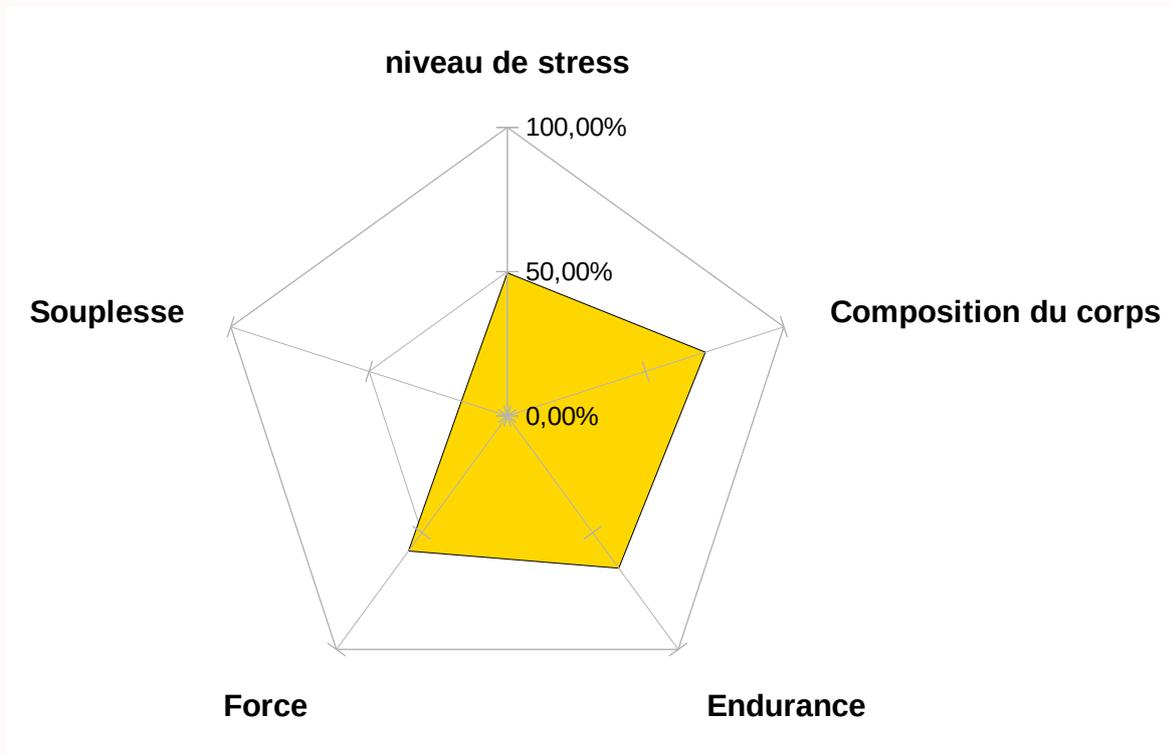


Composition

6

## Mon capital – Equilibre des facteurs

Le graphique ci dessous compare vos scores à ceux d'une personne de même âge et de même sexe (moyenne = 50%)



# Mes conseils    Profil type

31 janvier 2023

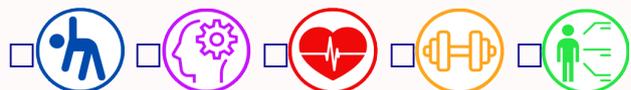
Proposition 1



Proposition 1



Proposition 1



Proposition de partenaire relais