



Coaching 20km de Bruxelles

Envie de participer au prochain 20km de Bruxelles
avec l'aide d'un coach Garmin?

Package proposé:

Prix: 99€

- Un rendez-vous individuel pour déterminer votre niveau et votre objectif
- Une analyse de votre foulée et de votre VMA
- Un plan complet d'entraînements sur 9 semaines
- Un programme d'exercices de renforcement musculaire et d'étirements
- Le dossard pour les 20km de Bruxelles 2019
- Un T-shirt Garmin
- Et d'autres surprises pour vous motiver...

Infos et inscription:

Matthieu Buelens - coach et préparateur physique

matthieubuelens@hotmail.be

Tél: 0477 94 94 45

Coaching organisé en collaboration avec **O2 Max**
Magasin spécialisé en course à pied, randonnée et montagne
83 avenue Paul Pastur - 6032 Mont-sur-Marchienne
Tél: 071 51 93 95 - www.o2max.be



running & outdoor

