

Valérie, 43 ans, Assistante Commerciale & Marketing



#### Mes résultats avant le coaching

Fréquence des entrainements par semaine: **2**

Meilleures performances:

10km: **56'**

Semi marathon:

Marathon:

#### Résultats actuels

Fréquence des entrainements par semaine: **2**

Meilleures performances:

10km: **56'**

Semi marathon:

Marathon:

Que vous apporte le coaching?

Un travail plus technique et une motivation pour aller au bout des exercices.

*J. Bagy*

3

|

h. Bagy