

Patrice, 49 ans, Directeur commercial chez Lavazza France



Mes résultats avant le coaching

Fréquence des entrainements par semaine: **5 à 6**

Meilleures performances:

10km: **36'20"**

Semi marathon: **1h19'40"**

Marathon: **2h46'12"**

Résultats actuels

Fréquence des entrainements par semaine: **5 à 6**

Meilleures performances:

10km: **35'50"**

Semi marathon: **1h16'40"**

Marathon: **2h45'20"**

Que vous apporte le coaching?

Le coaching me permet tout d'abord de structurer et d'organiser mes séances en fonction de mes contraintes professionnelles. Ensuite la relation de confiance développée avec Hakim, me procure une source de motivation bénéfique pour développer de nouveaux projets sportifs.

A 49 ans, j'ai battu mon record sur 10 km, semi et marathon, ce qui paraissait improbable, le coach a su me fournir les ressources nécessaires pour m'épanouir dans cette superbe discipline qu'est la course à pied.

J'ai toujours envi de nouveaux défis, et je sais d'ores et déjà que mon coach sera ma pierre angulaire pour les relever. Car son enthousiasme, son expertise, son expérience à haut niveau et surtout sa passion sont extraordinairement contagieuses !

Hakim tu es tout simplement formidable, « nourrie par les hommes la passion est au cœur de chaque AMBITION » Patrice Varenne, MERCI HAKIM.