



L'Entraînement
OPTIMUM

OFFRES SPECIALES

20 km de Lausanne 2009

- Planification et programmes d'entraînement individualisés adaptés à vos objectifs, aptitudes et contraintes.
- Suivi personnalisé par des **contacts réguliers** (téléphone, email, Messenger...).
- Réajustement du programme en fonction de la fatigue, des contraintes familiales, professionnelles, etc.
- Conseils nutritionnels (perte de poids, gestion du ravitaillement...).

15 % de réduction*

*pour tout engagement à l'un de nos programmes

EXEMPLES : **229 CHF** (au lieu de 265 CHF) ➤ 3 mois à *Optimum Plus*
649 CHF (au lieu de 765 CHF) ➤ 6 mois à *Optimum Extra*

Contacts : **contact@optimum-training-system.fr**