

AVEC PUNISHER

POWERMOVES ET TRICKS

ANNECY FRANCE

VENDREDI SOIR

ACCEUIL
DES PARTICIPANTS
PRESENTATION DU WEEK -END

POSSIBILITÉ D'HEBERGEMENT

SAMEDI

- RDV 10H00 EN SALLE
CONSCIENCE CORPOREL
TRAVAIL SUR CHAINE MUSCULAIRE
ATELIER PAR GROUPE
-PAUSE DEJEUNER- LAC
-APRES-MIDI
ENTRAINEMENT TECHNIQUE
CONSEILS PERSONNALISER

FIN DE JOURNÉE

POSSIBILITÉ D'HEBERGEMENT

DIMANCHE

- RDV 10H00 EN SALLE
REVEIL DU CORPS
ALIMENTATION
- LES BLESSURES/ LE REPOS
-ATELIER MINDSET POSITIF/
MEDITATION
-PAUSE DEJEUNER-LAC
APRES-MIDI
ENTRAINEMENT TECHNIQUE TRICKS
CONSEILS PERSONNALISER

FIN DE JOURNÉE

INFO:0650426864