

Plan de pregătire online

Include:

Ședință de evaluare one to one (gratuit)

Stabilirea obiectivelor

Antrenamente personalizate în funcție de nivelul de pregătire și de obiectivele propuse

Monitorizarea evoluției și adaptarea antrenamentelor în funcție de aceasta

O convorbire lunară pentru analiza antrenamentelor și a evoluției generale, trend, puncte slabe, puncte forte, pași de urmat mai departe în funcție de obiective

WhatsApp/telefon: discuții de analiză după antrenamente și explicații

500 RON / 4 săptămâni



0724 537 809
cristianlutic8@gmail.com
cristianlutic.com
facebook.com/beterruning8/