

HUBER® 360 FIIT

Merci de bien vouloir respecter les horaires de début et de fin de formation

Merci de vous munir de votre tenue de sport : t-shirt, short, baskets

- 9h45** *Accueil*
- 10h00** Présentations des participants
HUBER® 360 FIIT: les principes
Pratique
Découverte Machine
Le Bilan : *Théorie* et *Pratique*
Le HIIT : *Théorie* et *Pratique*
- 13h00** *Déjeuner*
- 14h00** Le Menu Fitness : *Suite et fin*
Le Menu Sport : *Théorie* et *Pratique*
Penser sa communication
Le Menu Libre
- Questions diverses
- 16h00** *Fin de la formation*



LPG SYSTEMS S.A.
30, rue du Docteur Abel
26902 VALENCE Cedex 9

Tél. 04.75.78.69.00
www.lpgsystems.com
www.lpgsystems.biz

