

Coach.Runner, le partenaire de votre entraînement :
pour une planification adaptée et personnalisée
<http://coachrunner.fr>

Bulletin d'Inscription – Tarif Unique 10 €

Nom :		Prénom :	
Sexe :	<input type="checkbox"/> Masc. <input type="checkbox"/> Fém.	Né(e) en :	
Adresse			
CP/Ville :			
Mail.			

Date et lieu de la course		Distance envisagée	<input type="checkbox"/> 10km <input type="checkbox"/> ½ marathon <input type="checkbox"/> Marathon <input type="checkbox"/> autres :	<input type="checkbox"/> Trail 20 à 30km <input type="checkbox"/> Trail 40 à 50km <input type="checkbox"/> Trail 60 à 70km <input type="checkbox"/> autres :
----------------------------------	--	---------------------------	--	---

Vitesse Maximale Aérobie (VMA)		Ou performance envisagée Sur Route	<input type="checkbox"/> 10km : <input type="checkbox"/> ½ marathon : <input type="checkbox"/> Marathon : <input type="checkbox"/> autres :
---------------------------------------	--	---	--

Préparation envisagée

Nombre de séances possible par semaine	<input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6	Nombre de semaines de préparation avant la course	<input type="checkbox"/> 8 <input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> 16 <input type="checkbox"/> 20 (uniquement Trail 60/70km)
---	--	--	--

Ci-joint la somme de 10 € à l'ordre de Philippe Lavieille
84, rue de l'Eglise – 69480 Marcy/Anse
Accompagné d'une enveloppe timbrée à votre adresse
(ou d'une adresse mail valide et lisible)

Cochez votre choix