



www.3p-sport.fr



Préparation Pour la Performance

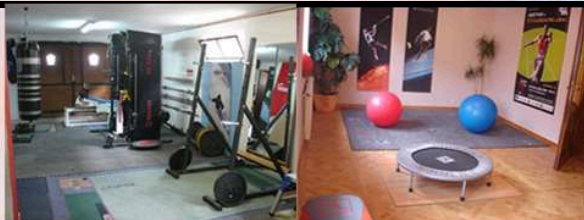
PREPARATION PHYSIQUE - MUSCULATION

COURSE A PIED - COACHING SPORTIF

BOOSTEZ VOS PERFORMANCES !!!

Ajoutez de la préparation physique,
rejoignez nos groupes d'entraînement sur
Strasbourg et passez à la vitesse supérieure...

- 1** Une préparation physique adaptée à votre niveau, vos objectifs.
- 2** Des interventions sur le terrain avec le matériel nécessaire.
- 3** Des méthodes pour exploiter au mieux vos capacités.
- 4** Un suivi optimisé et personnalisé.



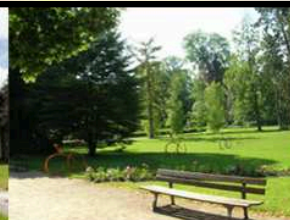
Notre salle de musculation
personnelle

en semaine selon la demande



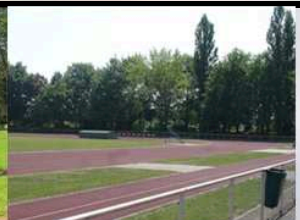
Gymnase
d'Oberschaeffolsheim

lundi 18h30-20h00



Parcours
de santé

en semaine selon
la demande



Piste
d'athlétisme

jeudi 12h-13h15

Nos groupes d'entraînement sont composés de sportifs individuels (golf, athlétisme, tennis, natation...) qui souhaitent s'investir dans leur discipline.

Notre objectif est de regrouper des individualités pour avoir un véritable groupe d'entraînement physique et d'avoir un suivi médical de qualité.

Une partie de la saison sera commune aux différentes disciplines puis deviendra plus spécifique à l'approche des compétitions.

Ils nous font confiance : Bob Tahri, Asptt Mulhouse volley, Equipe de France d'athlétisme, Aurore Mongel Creps de Strasbourg, Club de golf de Strasbourg, Arnaud Abbas, Sydney Wolf (golf), pôle france de tir, Fc Vendenheim football féminin, tennismen, marathoniens, pôle espoir de gymnastique rythmique, de volley, et de natation synchronisée

N'hésitez plus à nous contacter !!!

Nicolas DELPECH - nicolas.delpech@preparationphysique.net - 06.68.25.49.36