

Cykelträning i grupp

INKLUSIVE INDIVIDUELLT ANPASSAT
TRÄNINGSPROGRAM



DIN KONDITION

Höj pulsen på tillvaron

För nybörjare och mer erfarna cyklister.
Alla med racercykel är välkomna!

VILL DU...

Få träningsinspiration inför Vätternrundan?

Utveckla dig som redan erfaren cyklist?

Lära dig allt om cykelutrustning?

Få enskilda samtal med en tränare som lägger upp ett

program utifrån just DIN träningsbakgrund och livssituation?



Tveka inte! Häng på och låt dig inspireras av likasinnade! Det kommer garanterat att bli en motivations-boost!

Vi kommer att blanda lugnare träning med intervallträning på landsvägarna i Boråstrakten och gå igenom de viktigaste momenten inom träning och utrustning. Du kommer också att kunna köpa cyklar från det tyska kvalitetsmärket CUBE till mycket förmånliga priser, allt från treväxlade stadscyklar via MTB till värstingracers.

Plats: Samling vid badhusparkeringen

Tid: Måndagar 17.30-19.00. 12 april till 14 juni (10 st tillfällen)

Kostnad: 1500 kr. Individuellt träningsupplägg och rabatt på cyklar och cykeltillbehör ingår i priset

Anmälan och frågor: Erik på 0702-380059 eller erik@dinkondition.se senast måndag 5 april.

Tränare

Erik Wickström

erik@dinkondition.se

0702-380059



Detta är nästa del i Din Konditions program efter succén med längdskidkursen i vinter. Till hösten kommer vi träna rullskidor med start i september. Väl mött!

DinKondition.se