

**REJOINS LA PROCHAINE SESSION
D'ENTRAÎNEMENT COLLECTIF !**

**“ENSEMBLE
ON EST
PLUS FORT”**



**TARCIS ANÇAY RUNNING
& LA FÉE CLOCHETTE TE COATCHENT !
EVOLUE AVEC DES PRO DU TRAIL ET DU RUNNING,
QUEL QUE SOIT TON NIVEAU !**

**CHAQUE MARDI À 18H45
DU 4 FEVRIER AU 25 MARS 2025**



INFORMATIONS & PROGRAMME

99.- LA SESSION

8 séances d'entraînement d'1 heure
Pour vous perfectionner en Groupe
+
Souper de Bienvenue

AMÉLIORER VOTRE
CONDITION PHYSIQUE
GLOBALE

AUGMENTER VOTRE
FORCE ET VOTRE
ENDURANCE

AMÉLIORER VOTRE
HUMEUR ET VOTRE
BIEN-ÊTRE GÉNÉRAL

INTERVALLES

ECOLE DE COURSE

RENFORCEMENT

Les Mardis à 18h45 à Sion
RDV à la boutique Tarcis Ancay Running
Rue des Aubépinés 3 - 1950 Sion



INSCRIPTIONS ET INFO COMPLEMENTAIRE >



+41 79 304 25 81



TARCISANCAYPUNNING.CH

EN PARTENARIAT AVEC