



programme endurance

Félicitations et bienvenue dans le programme endurance. Afin de faciliter le début du processus, voici la liste du matériel requis.

ÉQUIPEMENT REQUIS

- **COURSE** : vêtements pour courir à l'extérieur et/ou tapis roulant et/ou accès à une piste intérieure
- **VÉLO** : vélo de route, base d'entraînement pour l'hiver, ordinateur de vélo
- **TOUS**: Outils de mesure d'entraînement (profil strava, profil trainingpeaks) et montre d'entraînement

- ✓ Entraîneurs certifiés
- ✓ Cours pour tous les âges
- ✓ Aucun engagement long terme
- ✓ Stationnement privé
- ✓ Espace stimulant et sécuritaire

Nous joindre

www.binertraining.com
(438) 680-3919

220 Crémazie O.
Montréal, H2P 1C6