

CORRERE È UNO STILE DI VITA

 equiperun

LISTINO SERVIZI



CHECK-UP ATLETICO

Valutazione posturale, tecnica di corsa (pianura, discesa e salita), test conconi e programma di allenamento personalizzato di 4 settimane.

120 €



VALUTAZIONE DEL POTENZIALE

VALUTAZIONE POSTURALE	40 €
TEST CONCONI	40 €
TECNICA DI CORSA	50 €
TEST DEL LATTATO EMATICO	80 €

da
40 €



PERSONAL TRAINER

Un'ora di allenamento seguita da un professionista per una corsa corretta. Sia individuale che di gruppo.

da
50 €
all'ora



PROGRAMMI DI ALLENAMENTO

1 mese: 30 €	2 mesi: 60 €	3 mesi: 85 €	4 mesi: 110 €
5 mesi: 135 €	6 mesi: 160 €	7 mesi: 185 €	8 mesi: 210 €
9 mesi: 235 €	10 mesi: 260 €	11 mesi: 280 €	12 mesi: 300 €

da
30 €
al mese

Bonifico intestato a: Lorusso Giovanni
Banca CR Firenze
IBAN IT18 B061 6002 8171 0000 0000 533

320 3049052
gianni@equipe.run
www.equipe.run

