

# SPÉCIAL EVENT

## Fit Brunch!



**SAMEDI 31 MAI**

**08H-10H30**



### Marche (20min)

Rendez-vous au parking du centre des Tennis de Villars à 8h du matin, une petite marche t'attend jusqu'au checkpoint suivant !



### HIIT et Stretch ! (45-60min)

Une fois arrivé, nous ferons un entraînement au poids du corps de 30-40min suivi d'un stretching de 15min pour te détendre et enchaîner sur la suite !



### Brunch time !

Une fois le sport terminé, nous partagerons ensemble un bon petit brunch dans un cadre calme et bienveillant avant de retourner au point de départ !

**RÉSERVE TA PLACE !**

**ADULTE 60.-**  
**ENFANT DÈS 5 ANS 15.-**

VALABLE DÈS 5 PERSONNES INSCRITES ET  
SOUS RÉSERVE DE MÉTÉO FAVORABLE



Parking de la Roche Grise, route du col de la croix, 1884 Villars-Sur-Ollon



(+41) 079/894.61.43



[www.johnfitcoach.ch](http://www.johnfitcoach.ch)

