

# PREPARAZIONE INVERNALE PER CICLISTA (STRADA E MTB)



[mysportcoach.ch](http://mysportcoach.ch)

## Info e Iscrizioni:

Coach: Lukas Oehen

+41 79 585 65 74

[info@mysportcoach.ch](mailto:info@mysportcoach.ch)

## Costo:

CHF 290.- (12 lezioni)

## Dove:

Fisioterapia Montebello

in Via San Gottardo 99

CH-6500 Bellinzona

Docce e Spogliatoi a disposizione

# Allenamento tecnica forza e coordinazione

## Quando:

A partire da mercoledì 8 novembre 2017 dalle 18:30 alle 19:30

