

CONCOURS 2021

PREPA SPORTIVE

Concours SOG externe et interne

Frédéric RODRIGUES



END

TOPGEND vous offre l'opportunité de vous **préparer** afin de **performer** lors de l'**Epreuve physique gendarmerie (EPG)**.



PREPA SPORTIVE

29 EUROS POUR 4 SEMAINES

(Possibilité de rajouter des tranches de deux semaines d'entraînement pour **10 EUROS** supplémentaires)

- ✓ **3 séances** d'entraînement par semaine, envoyées par mail, en fonction de votre choix : "Cardio" ou "Renfo".
- ✓ Fiche **conseils alimentaires** adaptée à l'objectif physique du client.
- ✓ Réalisation de **tests physiques** pour observer la progression et challenges chaque semaine.
- ✓ Un nouveau **challenge** physique chaque semaine.

- ✓ Groupe **facebook TOPGEND SPORT** dédié à la préparation avec des vidéos descriptives et explications de l'EPG.



Robin
Coach sportif

Vous voulez en savoir plus sur l'épreuve sportive allez sur :

