

Feuille d'entraînement

Nom et prénom: _____

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

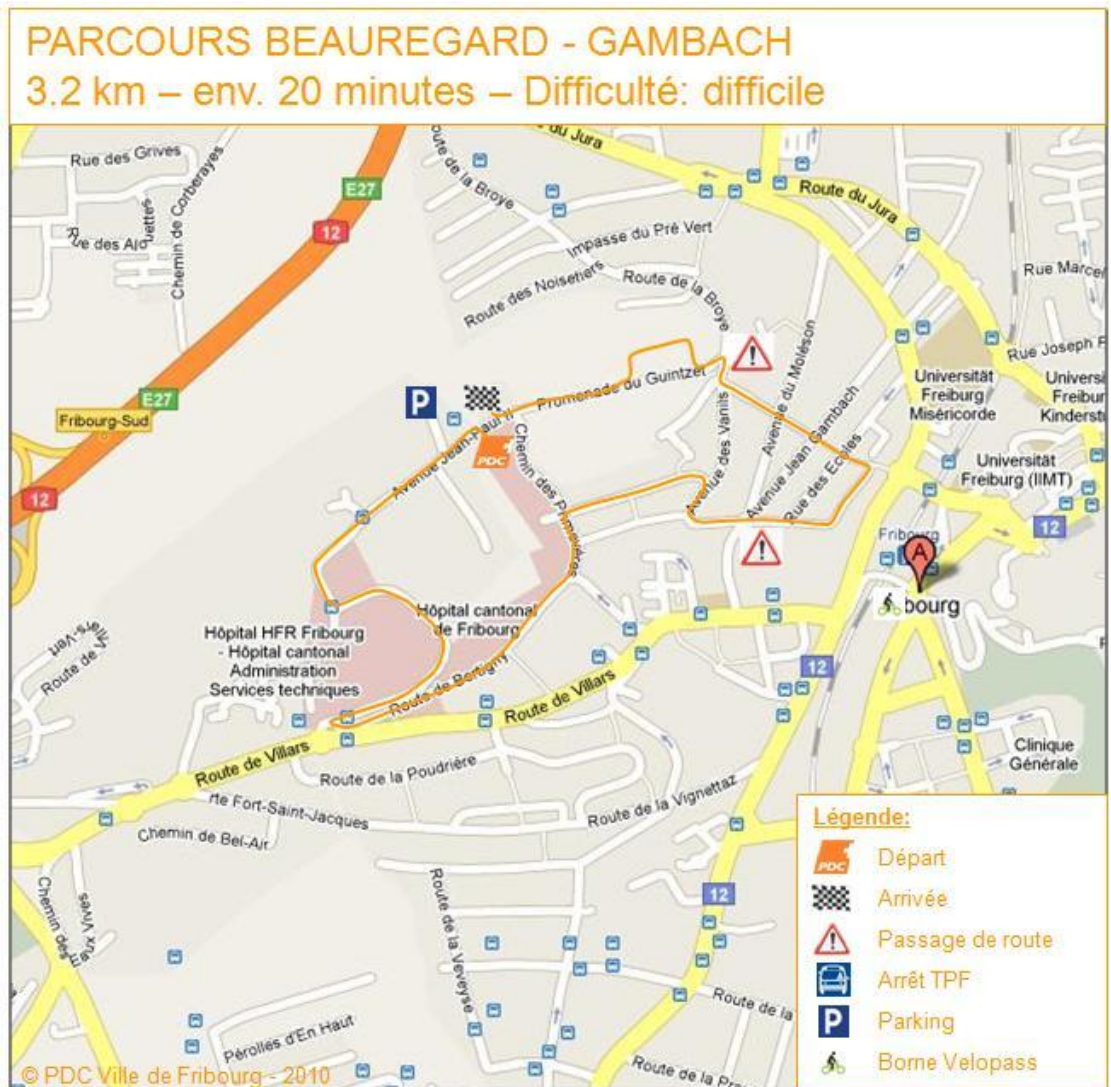
Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.

Date: ____/____/____ Temps: ____ min.



Nous vous souhaitons un bon entraînement et beaucoup de plaisir à la découverte de nos quartiers au pas de course. Fribourg, je m'y sens bien...

Attention! Ceci est une activité sportive qui peut engendrer des blessures. Veillez à vous entraîner avec modération, demander conseil à votre spécialiste et consultez votre médecin en cas de problème. Le PDC Ville de Fribourg décline toute responsabilité lors de vos entraînements