



Bonjour à toute la communauté des E-Athlètes,

En cette période hors du commun de lutte contre le virus COVID-19, la santé de tous doit être notre priorité. Le confinement mondial est le meilleur moment pour te recentrer sur TOI. Dans cette vie ayant habituellement un rythme effréné, c'est le moment parfait pour méditer, bouger, lire, prendre l'air, te faire un bon thé et rééquilibrer ton alimentation et ton sommeil. Mords dans cette opportunité à pleines dents!

Dans cette ligne de pensée, Le Class-E Entraînement hybride a fait le choix de n'offrir que ses services d'entraînement privé en ligne jusqu'à nouvel ordre. Nous avons la chance d'avoir à notre disposition une plateforme d'entraînement web sur laquelle nous travaillons depuis plus d'un an, nous permettant de maintenir nos services de kinésiologie à distance, pour t'aider dans l'atteinte de tes objectifs.

Nous utilisons ces moyens afin de faire notre part dans la société et aider notre communauté traverser cette crise avec succès. Restons connectés via les réseaux sociaux, en s'entraînant ensemble, de loin.

Sarah Beausoleil
Fondatrice du Class-E Entraînement hybride