



BJUDER IN TILL FÖRELÄSNING OM PULSTRÄNING

DATUM: 21:a April

PLATS: Roupez Profile (Batterigatan 9, Jönköping)

TID: 18:30 (håller på i max 90 min)

PRIS: Kostnadsfritt

Vem: Föreläsningen är öppen och kostnadsfri för alla medlemmar i Team Runner's HIGH (Företagskunder, löpargruppen, nybörjarkurs, PT-klienter)

Föreläsare: Thomas Bylon från Polar. Har själv en bakgrund som aktiv idrottare samt tränat många professionella individuella idrottare samt lagidrottare

Intressant föreläsning där du får lära dig om pulsträning, vad man bör tänka på, hur man tränar rätt m.m.



PIONEER OF WEARABLE SPORTS TECHNOLOGY