

## Entrainement janvier 2010

Écrit par BILLET Eric

Lundi, 04 Janvier 2010 22:58

---



Le plan d'entrainement de la section 'Course à pied' proposé par Philippe pour le mois de janvier est disponible dans la rubrique Course à pied - Entrainements - Programme.

Vous pouvez y accéder directement en cliquant sur le lien [Programme](#)

Bon courage 😊