

Daily Fitness®



A GAGNER

Un coaching personnalisé
avec programme sur mesure
par Elodie



Nom :

Prénom :

Tél :

@mail :

Mettez du sport dans votre quotidien

DAILY FITNESS®

Fitness Quiz



DAILY QUIZ?

(A REMETTRE A L'ACCUEIL AU PLUS TARD LE LUNDI 9 OCTOBRE)

1 point par bonne réponse

- Combien y a-t-il de vélos à DailyFitness ?
- Quel coach a eu son diplôme le 24 juin 1999 ?
- Que signifie W.O.D ?
- Quel est le mot de passe diffusé sur le Facebook de DailyFitness le vendredi 6 octobre ?
- Citez 3 avantages dont vous bénéficiez lors de votre inscription au club :
 - *
 - *
 - *
- Combien de cours collectifs contient votre planning ?
- Quelle est la couleur des yeux de Maud ?
- Comment s'appelle la machine de musculation située juste derrière la rambarde de l'escalier ?
- Combien étions-nous lors du BodyAttack de 19h du mardi 3 octobre ?
- Quel coach a réalisé le film de la présentation du club ?
- Quels sont les cours qui privilégient votre récupération tout en vous renforçant en profondeur ?
- En quelle couleur Anhhuy était habillée au BodyCombat du lundi 2 octobre ?
- Quelle posture de Yoga est représentée sur la façade de l'entrée de DailyFitness ?
- Citez tous les coaches qui enseignent le BodyPump
- Citez 2 avantages que vous apportent l'application DailyFitness :
 - *
 - *
- Je suis tatoué(e), je grignote tout le temps et pèse environ 62kgs, qui suis-je ?
- En quelle année a été créé DailyFitness ?
- Un intrus se trouve parmi ces mots, trouvez le : CrossFit, Zumba, LesMills, Speed dating, DailyBoxe, Pilates
- Quel est le dicton du club ?
- Combien de personne(s) pouvez-vous inviter par jour à découvrir le club ?

QUESTIONS BONUS (2 points par bonne réponse)

- Si Bruno est disponible (hors séances de coaching), demandez-lui le nom de 3 tests d'effort cardiovasculaire
- Question posée en directe par ELODIE dans les cours de la matinée du lundi 2 octobre
- Question posée en directe par CHRISTINA dans les cours de la matinée du mardi 3 octobre
- Question posée en directe par ANHHUY dans les cours de la soirée du jeudi 5 octobre
- Question posée en directe par WILL dans les cours de la matinée du samedi 7 octobre

Merci à tous de votre participation