



SMART SPORT BY IBIS BUDGET

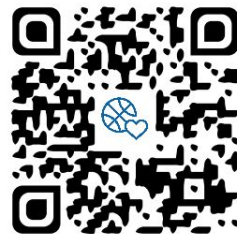
Surpassez votre quotidien !

Les Smarts tips x *ibis budget*

Parce qu'il est parfois difficile de se motiver, chez *ibis budget* on vous aide à garder le cap ! Challengez vous en toute simplicité grâce à nos astuces pour acquérir un mental d'acier ! Et rappelez vous ... Si c'est simple, c'est smart et si c'est smart c'est sport ! Défi accepté ?






Pour ne jamais vous décourager, challengez vous avec nous ! Soyez malin, et découvrez le Smart Sport dans nos hôtels *ibis budget* !





SMART SPORT BY IBIS BUDGET

Surpassez votre quotidien !

-  Pour réussir un objectif, il faut avant tout bien le définir !
⇒ *Smart tips : pour réussir il est important de le décrire, le border dans le temps, qu'il soit challengeant sans être irréaliste. Allez y pas à pas pour atteindre votre sommet !*
-  Le Smart Sport c'est dynamique. Faites vous confiance !
⇒ *Smart tips : Se visualiser en train de réussir son objectif sportif ! Souriez soyez fier de vous !*
-  Le Smart Sport c'est fun:
Ne restez pas seul !
⇒ *Smart tips : pour être bien accompagné, partagez votre objectif sportif avec les autres.*

CLIQUEZ CI-DESSOUS POUR ACCÉDER
À VOTRE PROCHAIN DÉFI

TÉLÉCHARGER VOS PLANS D'ENTRAÎNEMENT

Choisissez votre distance et téléchargez le plan d'entraînement qui correspond à votre niveau et votre objectif. Chaque plan se décline sur une période de 12 semaines.

 5 KM TÉLÉCHARGER	 10 KM TÉLÉCHARGER	 20 KM TÉLÉCHARGER
--	---	---

Avec ibis budget , chaque lieu est un nouveau terrain de jeu où l'on détourne la routine en une occasion de se dépenser. Restez toujours motivé grâce au Smart Sport by ibis budget !
Vous voulez en savoir plus ?

cliquez sur l'image

