Il y a des moments comme cela, de ces instants où tout parait magique. Nous réfléchissions avec Philippe depuis notre retour du 6 jours d'Antibes à attaquer sérieusement la musculation comme élément clef de notre travail et des progrès à réaliser pour le 6 jours. En effet le constat après plusieurs années de pratique pour moi et l'expérience tapis où l'on a commencé à inclure la muscu c'est qu'elle est un facteur décisif pour le soutien physique et le maintien tout au long de l'épreuve.
C'est donc avec un immense plaisir et on en profite pour remercier Lionel Jean patron du "Grand Café" à Evreux (cf photo du bas) que nous avons avec Loïc le patron de la salle de musculation Eurofitness conclut un partenariat. On est trop heureux !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Le rêve continue.

ci-après Loic à droite, Phil, Michael, Albert, Michel

ci-après Philippe à droite, Lionel Jean (ancien boxeur Pro), Michael

le grand café