

| Ce contenu est réservé à nos abonnés.

LE COACH DE SUNDAY WORKOUT ÉCHAUFFERA LES COUREURS - TOUR DES REMPARTS - CES STRUCTURES SE SONT ENGAGÉES DANS L'ORGANISATION

## Les partenaires de la course



Youri Martel (debout au milieu avec la casquette rouge), coach sportif diplômé, fondateur de la marque Sunday workout, avec Aurélien Kohler manager, offrira un échauffement gratuit aux coureurs qui le souhaitent avant le départ du Tour.

Partager cette info ▶

Tweeter



Avignon

**Youri Martel, coach sportif de Sunday Workout insufflera de l'énergie aux coureurs**

Les deux jeunes Avignonnais, Youri Martel, coach sportif diplômé, et Aurélien Kohler, digital manager, ont déposé en janvier 2017 la marque "Sunday workout". Partenaires du Tour des remparts, ils offriront dimanche, à 14h30, devant la cité administrative (cours Jean-Jaurès), un échauffement de quinze minutes avant le départ de la course, ainsi que des tee-shirts et des casquettes. Il s'agira de « fitness dancing, afin de donner énergie, motivation et fun aux coureurs », explique Youri Martel. Ils s'élanceront ensuite dans le Tour des remparts avec deux équipes constituées des participants à leurs cours, l'une sur le circuit de 6 km et l'autre sur celui de 10 km. Comme l'indique le concept, leurs cours ont lieu tous les dimanches, en plein air. La séance démarre à 11h, sur l'île de la Barthelasse (rendez-vous sur le parking de la Palmeraie). Pendant 1h30,

en face du pont d'Avignon, les participants enchaînent "les exercices sérieux sans se prendre au sérieux" (formule chère à Youri) de fitness, cross feet, yoga, pilâtes... « Au départ, on cherchait du monde pour aller courir le dimanche matin avec nous, explique Aurélien Kohler. On voulait créer du sport communautaire le dimanche. Puis on s'est dit : "pourquoi ne pas essayer de proposer quelque chose de plus abouti en utilisant nos compétences : Youri le fitness, et moi le social média ?" Au départ, on était quatre, cinq, entre amis, et dimanche 19 mars, pour la douzième séance, on avait une trentaine de participants ! » Dynamisme, motivation et rigueur sont pour ces deux passionnés les maîtres-mots. « On veut donner du plaisir aux gens, créer du lien social par le sport dans un esprit bon enfant », souligne Youri. Face à ce succès, les deux fondateurs cherchent aujourd'hui à étendre leur réseau de partenaires et ambitionnent de développer le concept des Sunday workout dans d'autres villes.

- Page Facebook SundayWorkoutOfficiel. - Sites Internet : sunday-workout.com ou www.coachsportif84.com

Par Marie-Félicia ALIBERT | Publié le 21/03/2017 à 06:00 | Vu 21 fois

## + Ajouter votre commentaire

Titre

Commentaire (champ obligatoire)

VALIDER

### AILLEURS SUR LE WEB

#### SUR LE DAUPHINÉ



LE DAUPHINÉ LIBÉRÉ

Deux prostituées retrouvées pieds et poings liés



LE DAUPHINÉ LIBÉRÉ

Seniors au volant : le spectre de la visite médicale ressurgit



LE DAUPHINÉ LIBÉRÉ

Avignon : deux fillettes de 3 et 6 ans retrouvées dans la rue à 5 heures

## Dans la même rubrique