

PLANNING ÉDITORIAL BOX CROSSFIT

**NO PAIN
NO TARTINE**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Témoignage d'un adhérent	5 erreurs qui vous empêchent de progresser	Parlez de votre offre en cours / abonnements	Comment bien vous échauffer avant votre séance	Partagez une citation inspirante	Quelle est votre musique préférée pour WODer ?	
5 tips pour bien récupérer après son WOD	3 choses que vous ne saviez pas sur votre box	Témoignage d'un adhérent	Comment se remettre au sport après une blessure	Présentez votre équipe au complet	Venez essayer le CrossFit ! Parlez de vos séances d'essai	
Parlez de votre cycle en cours	Partagez une citation inspirante	Vous êtes plutôt gym, cardio ou haltéro ?	Parlez de votre offre en cours / abonnements	10 choses que vous ne saviez pas sur votre coach	Améliorer son squat en 10mn par jour	
Quel était votre premier WOD ?	Témoignage d'un adhérent	3 choses qu'on vous promet si vous faites du CF	L'intérêt du CF pour les séniors	3 étapes pour réussir vos pull-ups	Donnez une anecdote pour chacun des membres de votre équipe	
5 idées reçues sur le CF	Parlez de votre offre en cours / abonnements	Témoignage d'un adhérent	Comment avez-vous découvert notre box ?	Partagez une citation inspirante	Venez essayer le CrossFit ! Parlez de vos séances d'essai	

