



Aymeric Pellé <aymeric.pelle@gmail.com>

Hangout avec agathe begault8 novembre 2018

Aymeric Pellé - 21:13

Salut coach! ;)

Je sors d'une petite séance d'escalade où j'ai fait 11 vertes! J'suis trop content.

agathe begault - 21:13

Bien joué !

Aymeric Pellé - 21:13

Y'en a ce sont des voies que j'ai réussi la semaines dernière. Je les ai mieux gérées cette fois.

Thx

Bon y'en a qui étaient faciles mais d'autres m'ont fait suer, littéralement.

Ça tire dans les avants bras, ca fait plaisir. Bon demain ça sera moins le cas.

C'est cool de ressentir que les muscles se sont développés et que je suis plus à l'aise. 😊

Bon j'ai pas fait de pompes de gainage...

C'était une petite séance.

Et j'ai pas mon coach. x)

Sinon toi ça va ? Ça s'est bien passé ta dernière journée de conf?