

PADELORG

Presentació Padelfit 360°

Prep. Física + Pàdel + Música : Diversió

Diumenge dia 3 Desembre a les 12h

Prova Gratuïta per els socis



Padel**FIT**

Què és Padelfit 360°??

Es un mètode que consisteix en el desenvolupament de diferents programes metodològics enfocats a la millora de l'estat físic per la pràctica del Pàdel.

A través d'una sèrie d'estacions planificades, els alumnes es divertiran, es prepararan físicament i a mes a mes milloraran en el seu joc, tot amenitzat amb música que farà que el treball sigui més amè i motivador.

Pensat per tots els públics, aquest mètode es podria definir com, "La preparació física específica portada a la excel·lència, disponible per els 3 nivells de condició física bàsica, baixa, mitja i alta".

No us ho podeu perdre!!!!!!