



VIVELAVIVA.ES

ACTIVIDADES DE OCIO,
EDUCACIÓN Y FORMACIÓN

ENTRENAMIENTO RUNNER

**En estos entrenamientos
conocemos aspectos
técnicos que pueden ayudarnos
a mejorar nuestro rendimiento
y también prevenir lesiones.**

**Nuestro entrenador
combinará actividades
de running con ejercicios
funcionales para trabajar
todo el cuerpo.**

**Hay entrenamientos específicos
para preparar 5K/10K/Media Maratón.**

ENTRENAMIENTOS

Edades: a partir de 16 años y también grupos para adultos.

Duración: 45 minutos aprox.

Precio: (consultar).

Descuentos: (consultar).

(Se pueden adaptar grupos a diferentes ritmos/objetivos).



Esta actividad se hace bajo demanda para grupos (mínimo 6 participantes) y se puede adaptar haciendo una propuesta lo más personalizada posible. Días y horarios y sujetos a disponibilidad. Contáctanos para pedir presupuesto y fechas/horarios disponibles.

