

Corso Istruttore CroSSup Functional Training 1° Livello



iscriviti al corso 15/16 maggio

Il CroSSup è un sistema di fitness innovativo; l'allenamento può essere sia a bassa che alta intensità, attraverso un dispositivo ginnico a resistenza elastica, codice di registrazione CONI CK009. È uno sport attivo e dinamico, che lo rende più divertente e piacevole, inoltre contribuisce ad un buon sviluppo fisico.

sessione teorica e pratica in acqua

Chi certifica il corso



Cosa comprende il corso: lezioni teoriche / pratiche – dispense

Il corso si terrà a Livorno (Toscana)