PREPARAZIONE ATLETICA

Da Gennaio - ogni Venerdì all'Olimpica Rezzato

Attività in campo specifica per gli sport di racchetta

RESISTENZA - VELOCITÀ & AGILITÀ - POTENZIAMENTO MUSCOLARE - FLESSIBILITÀ ARTICOLARE - RICERCA DI PALLA SVILUPPO DEGLI ASPETTI COORDINATIVI - TECNICHE DI RESPIRAZIONE

ORARI

Giovani under 18: ogni Venerdi 18.00 - 19.00
Adulti over 18: ogni Venerdi 19.00 - 20.00

INFORMAZIONI

Minimo pacchetto di 10 sessioni
Sia per gli iscritti ai corsi sia per i soci

Responsabile dei corsi: PROF. GIOVANNI PERIN

Giovanni collabora dal 2021 con l'Olimpica Tennis Rezzato e dal 2022 con Il Tennis Salò Canottieri, sia come istruttore sia come preparatore atletico. Laureato in via triennale in Scienze motorie e successivamente con la laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle attività motorie preventive e adattate, Giovanni è preparatore fisico FITP di 1° grado.

ISCRIZIONI e INFORMAZIONI: Massimo 351.6072285

FITP FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS e PADEL
Australian
CENTRO SPORTIVO csen EDUCATIVO NAZIONALE
OLIMPICA REZZATO
HEAD
Città di Rezzato