



ENTRENAMIENTO DE NATACIÓN.

(NIVEL BÁSICO)

PRECIO:49€

MARTES Y JUEVES
15.30 A 16.30
SANDS BEACH
(COSTA TEGUISE)



-NADADOR Y ENTRENADOR
INTERNACIONAL

-LIC. EN CIENCIAS DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL
DEPORTE.

-ENTRENADOR SUPERIOR DE
NATACIÓN Y TRIATLÓN

Joju Aranda

info@bewatertraining.com

(+34)654 25 13 17

INSCRIPCIÓN EN:



WWW.BEWATERTRAINING.COM

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Nadadores y triatletas que ya saben nadar, pero tienen problemas con aspectos concretos de la técnica y necesitan aprender las nociones básicas para poder iniciarse en el entrenamiento elemental de la natación, sentirse más cómodos en el agua y disfrutar con los beneficios de la natación.

¿OBJETIVOS QUE VAS A CONSEGUIR?

1. Mejorar aspectos concretos de la técnica: la respiración, la coordinación y la propulsión
2. Cansarte menos nadando y ganar resistencia
3. Controlar el ritmo respiratorio y el ritmo de nado
4. Adquirir mayor dominio del medio acuático
5. Mejorar tu condición física
6. Disfrutar con el entrenamiento de natación
7. Ganar confianza en tu nado

PLAZAS LIMITADAS

*Grupo mínimo de 6 nadadores