6 d'Abril a les 20:00. Xerrada sobre la funció muscular i prevenció de lesions.

2017-04-01

Xerrada sobre la funció muscular i prevenció de lesions. Canvi de paradigma en la manera d'orientar la preparació física. El pròxim 6 d'Abril a les 20:00 us esperem al Matas Ramis per aquesta "píndola" formativa. Albert Olivella: Preparador físic especialista en funció muscular i entrenament amb resistències avançat. Especialitzat en NMIT (tècniques d'interacció neuromuscular). Director de l'Institut Diabetis Activa: porten esportistes ajudant-los a gestionar la patologia en l'exercici. Professor del màster d'activitat física i patologia crònica a Blanquerna (Univ Ramon Llull). Treballa en el seu propi estudi/taller d'entrenament personal.

