

CLAVES PARA ENTRENAR EN CASA

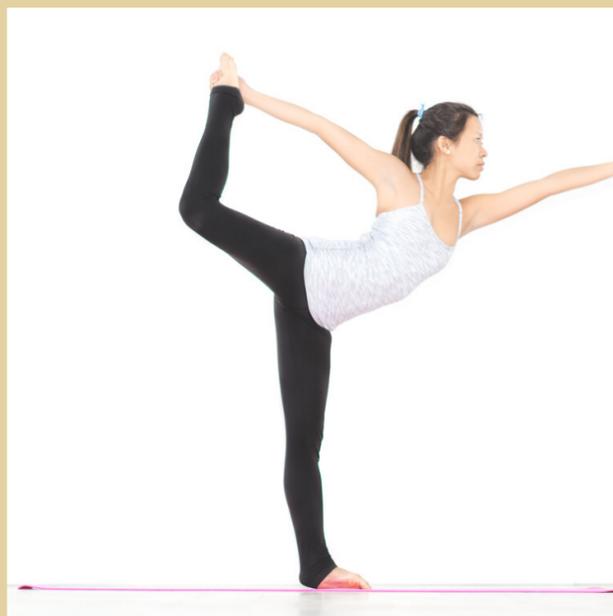


1. SITÚA TU NIVEL...
SIENDO REALISTA

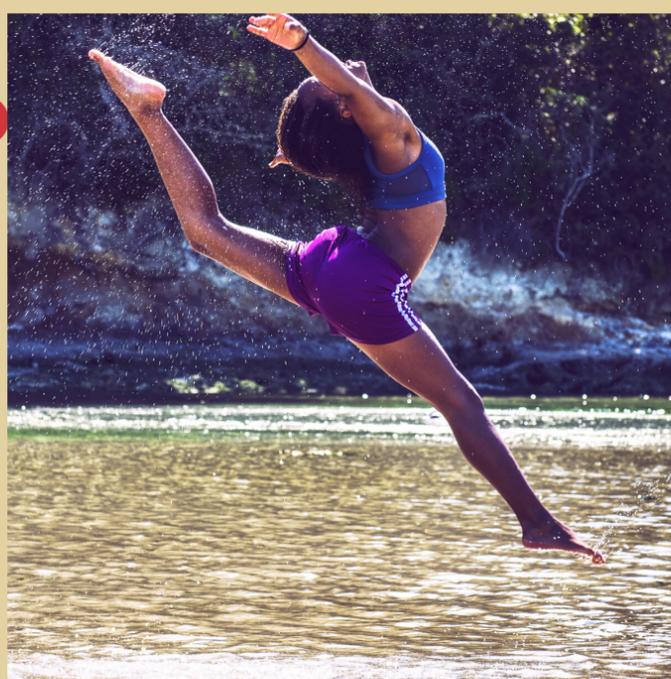
2. NUNCA TRABAJES CON
DOLOR



3. NO OLVIDES EL
EQUILIBRIO.



4. TRABAJA LA VELOCIDAD
DE REACCIÓN



5. ENTRENA LA
COORDINACIÓN



#SENARAENCASA