

Lo Staff della **Scuola Portieri** e dell'Officina **BioMeccanica** hanno ideato un metodo per seguire gli atleti anche all'interno delle loro case. Si mettono a disposizione per creare allenamenti da poter svolgere nella propria abitazione sia da soli sia seguiti da un istruttore on line tramite Skype o altre piattaforme. Questi programmi possono essere personalizzati o creati per gruppi di lavoro. I lavori sono adatti a tutti gli sportivi (atleti e amatori) che non vogliono perdere la forma fisica. Quindi non solo Portieri.

Per ulteriori informazioni scrivete a info@scuolaportiericortiulagrendene.it o telefonate al 335-7327617

#IoRestoACasa

Attività svolte in streaming video o in consulenza on line

- ★ Allenamenti Tecnici per i portieri
- ★ Allenamenti Tecnici per i calciatori
- ★ Programmi di lavoro personalizzati (tecnici/fisici)
- ★ Programmi di lavoro per piccoli gruppi (tecnici/fisici)
- ★ Programmi per recupero funzionale
- ★ Programmi per riequilibrio globale
- ★ Programmi per recupero infortunio
- ★ Allenamenti Posturali

