LE NOSTRE SQUADRE

SCHIANTARELLI CANOA

PER QUESTE ATTIVITÀ È OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA

S.S.D. A. SCHIANTARELLI Asola



LA CANOA È UNO SPORT COMPLETO: ALLENA I MUSCOLI DELLE BRACCIA, DELLE SPALLE, DEL DORSO E GLI ADDOMINALI. UN'ESCURSIONE IN CANOA UNISCE L'ALLENAMENTO AEROBICO AL POTENZIAMENTO E ALLA TONIFICAZIONE MUSCOLARE.

I CORSI SI TENGONO DA OTTOBRE A MAGGIO PRESSO LE PISCINE DEL CENTRO SPORTIVO SCHIANTARELLI.