

ARIKETAK; EZ ZUZENDUAK ETA DINAMIKOAK: SAIO PRAKTIKOA

ERRESISTENTZIRAKO ENTRENAMENDUA EGOERA EZBERDINETAN

TRESNAK	ARIKETAK	AIPATZEKOAK
MARTXARAKO TEKNIKA		
EKIPAMENDU KARDIOBASKULARRERAKO TEKNIKA (ELIPTIKOA)		
INDOR ZIKLORAKO TEKNIKA		

