

CORRERE FA BENE ... MA ANCORA DI PIÙ **CORRERE BENE!**

“L'importanza dello stretching nella corsa:
riabilitazione e prevenzione
dei principali traumi del podista.”



Sei un runner professionista o amatoriale e da qualche tempo hai disturbi durante la corsa?
Vuoi scoprire cosa fare per prevenire infortuni che diventano sempre più ricorrenti?
Ti senti bene ma vuoi comunque sapere se il tuo stile di corsa è corretto?
Vuoi migliorarlo in funzione delle tue prestazioni?

Serata informativa
Martedì 5 Giugno
ore 19.30

Patronato Sant'Antonio
Via Giusto Dè Menabuoi - Padova
Chiesa di S. Antonino

INGRESSO GRATUITO APERTO A TUTTI

info: 388.7590905 - infobomberun@gmail.com
049.603611 - info@rehabilitycenter.it

 **rehability**
center
centro di riabilitazione

 **Bomberun** podistica

