

TREINO INTEGRADO DE ÁGUA E SECO NA NATAÇÃO PURA

31 DE MAIO 2025 | 20h30

HOTEL NH COIMBRA
DONA INÊS

FORMADOR:
IGOR SILVEIRA

OBJETIVO DA AÇÃO:

Aumentar o rendimento desportivo;
Prevenir lesões; Melhorar a eficiência
biomecânica; Otimizar a recuperação;
Promover a motivação e a adesão

link inscrição



VALOR: **10€**

Atribui 1UC para efeitos de renovação do TPTD