



ACTUALIZACION SOBRE FRECUENCIA CARDIACA

Estimado/a actualizacion sobre frecuencia cardiaca:

TEMARIO:

-  RESISTENCIA y GENERALIDADES
-  RESISTENCIA DURANTE EL EJERCICIO
-  AREAS FUNCIONALES
-  SISTEMA CARDIOVASCULAR
-  CORAZON DE ATLETA
-  ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO
-  PRACTICAS Y EVALUACION

• SE ENTREGA CERTIFICADO INTERNACIONAL UNA VEZ CULMINADO LA CURSADA •



Atentamente,
Fitness Cross Internacional