

Des de la secció d'Atletisme del FCBarcelona-Excelent oferim diferents propostes i serveis amb l'objectiu de millorar la condició física i salut.

OBJECTIUS:

- Determinar l'estat de forma
- Control i optimització de l'entrenament
- Predicció de marques
- Avaluar la capacitat funcional del sistema cardio-respiratori i muscular



A partir d'aquestes dades i dels resultats del test des d'Excelent Center oferim la possibilitat de tenir assessorament en l'entrenament mitjançant el servei de preparació física així com un control més exhaustiu de la planificació i les càrregues d'entrenament.

Si t'estàs preparant per a oposicions (bomber, "mosso"...), per a les proves d'accés a l'INEFC o, simplement, t'agrada córrer...

APROFITA AQUESTA OPORTUNITAT!!!

Test Léger Boucher: 15€*

El primer test es realitzarà el **dimecres 20 d'Abril de 2005**

Horari: **18:30h-21:30h**

Lloc: **Pistes Universitàries- Servei d'Esports UB**

(Av. Diagonal, 695-701)

Tel.: **93 333 83 04**

Com arribar-hi:



Zona Universitària



7,33,54,67,68,74,75

Per a més informació i **INSCRIPCIÓ:**

Telèfon: 93.215.09.20

E-mail: jilopart@excelentcenter.com; xqalilea@excelentcenter.com

*15% de descompte participants Lliga Internet Championchip