

VIKING RUNNERS

TURMA DE CORRIDA

Para melhorar o treino ou se você quer começar a correr, o Viking Runners te acompanha!

Com aulas dirigidas e assessoria durante a realização de provas, os participantes do Viking Runners têm orientação técnica e teórica personalizada. Essa é mais uma atividade da AV para seus associados, que em agosto tem turma nova!

Que tal, correr com a gente?

NO VIKING RUNNERS TEM:

- Planilhas de exercício para cada aluno;
- Avaliação de desempenho e progresso físico;
- Acompanhamento em provas do Calendário de Corridas da AV;
- Acompanhamento on-line;
- Aulão pré-agendado, nos sábados, para agitar ainda mais o aprimoramento físico.

Atenção: é necessária a apresentação de atestado médico para a prática esportiva.

PLANILHA DE TREINO

Valor mensal: R\$ 90,00

