

TREINAMENTOS PARA O PERÍODO DE AFASTAMENTO SOCIAL

Treine com o Time Brasil

Buscando disponibilizar para os atletas do Time Brasil um material de rápida visualização, os preparadores físicos do CTTB fizeram vídeos curtos com alguns exercícios que fazem parte da rotina diária de treinos dos nossos atletas.

Clique nas imagens e assista aos vídeos.

