



Metodo "Corpo e Coscienza" di G. Courchinoux applicato all'arrampicata

Propone di analizzare le varie parti del corpo e della mente con particolare attenzione ai seguenti aspetti:

- Movimenti del bacino
- Respirazione
- Schemi motori in base al terreno
- Equilibrio e compensazioni

Per info:

MARCO SACCHETTI - marco.sacchettivr@gmail.com
+39 349 4689225

TOMMASO DUSI - tommaso@xmountain.it
+39 340 1271478

