

Descargar imagen



### Entreno 12 y último

Sin carga de calidad. Prácticamente una toma de contacto con la intención de encontrar buenas sensaciones en el agua.

El domingo refresca tu cuerpo antes de iniciar la prueba, hidrátate en abundancia y no olvides realizar tu rutina de movilidad articular.

Esperamos te haya servido la preparación y estaremos encantados de oír tu opinión sobre ellos. Te deseamos la mejor de las suertes. **¡Nos vemos el domingo!**