



TALLER ONLINE

## **Errores y lesiones más comunes**

Aprenderemos a detectar los errores más habituales en la realización de ejercicios, centrándonos en los ejercicios básicos que todo el mundo debería saber realizar de forma correcta para, así, evitar lesiones.

**Apúntate**



Lunes 17 de abril



A las 16:00 h

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.