

Circuito de Entrenamiento /Running

Universidad de Cádiz - Campus de Jerez

Vicerrectorado de Cultura – Área de Deportes

Estación 1 Rocódromo



EJERCICIOS

Escalada



Trepar hasta la parte superior del aparato haciendo uso de los agarres y soportes para los pies.

 Nivel Intermedio

Video disponible en:

