

Sabato 16 gennaio 2010 ore 15



Apri il centro allenamenti e servizi per la corsa



- Santucci running si occupa di allenamento per la corsa e della preparazione atletica per tutte le discipline e gli sportivi in genere.
- La scuola di corsa segue un elevato numero di corridori in tutto il territorio nazionale, dai top runner a chi corre solo per la salute e il benessere.
- Il sito www.santuccirunning.it offre ai podisti assistenza, consigli e suggerimenti.

Attività principali

Programmi di allenamento personalizzati

- Per maratone • Per principianti • Per il controllo del peso • Per dimagrire
- Per la salute • Come forma di rilassamento per la mente

Test per la valutazione atletica tramite il nostro staff medico

- Soglia aerobica e anaerobica • Massimo consumo di ossigeno
- Indice glicemico sotto sforzo • Tempo del riassorbimento lattacido
- Individuazione delle velocità di corsa per ogni mezzo di allenamento
- Valutazione del cuore a velocità incrementale • Analisi di appoggio e postura

Dieta, alimentazione ed integrazione per lo sportivo - Misurazioni e Plicometria

Training camp, stage full immersion e convegni

Organizzazione viaggi per maratone in Italia e all'estero

La professionalità, la competenza e la passione da oggi a tua disposizione



Santucci Running - Via Aurelia Sud 160 Viareggio - tel. 349.3408494 - 328.6937797 - 388.3482048

www.santuccirunning.it

Mail : massimosantucci1@hotmail.com - danielepersantuccirunning@hotmail.it



GRANDE INAUGURAZIONE

16 Gennaio 2010

CI TRASFERIAMO

A VIAREGGIO

IN VIA AURELIA SUD N° 160, TEL. / FAX. 0584 928988 CELL 340-8016305 - email ANGELO@MARATONANDO.COM
AMPIO PARCHEGGIO. A 500 mt DALLA NUOVA USCITA BICCHIO SULLA SS AURELIA CHE COLLEGA VIAREGGIO E PISA

CON LA PRESENZA STRAORDINARIA DI:

GENNARO DI NAPOLI

MARATONANDO E' IL PUNTO DI RIFERIMENTO PER CHI HA DENTRO PASSIONE PER LA CORSA

- ✓ PUNTO DI ISCRIZIONE PER GARE REGIONALI, NAZIONALI, INTERNAZIONALI
- ✓ ORGANIZZAZIONE VIAGGI PER MARATONE IN ITALIA E ALL' ESTERO
- ✓ ABBIGLIAMENTO TECNICO PROFESSIONALE, ACCESSORI, CALZATURE
- ✓ FORNITURA DI COMPLETI E DIVISE GARA PER ATLETI E SQUADRE



NELLO STESSO STABILE SI TROVA LA SCUOLA DI ATLETICA PER LA PREPARAZIONE FISICA GENERALE E PER CORRIDORI DI OGNI LIVELLO. SANTUCCI RUNNING SI OCCUPA DI ALLENAMENTO PER LA CORSA. CHI SARA' PRESENTE IL GIORNO DELL' INAUGURAZIONE POTRA' PRENOTARE UNA CONSULENZA GRATUITA SULLA PROGRAMMAZIONE DEL PROPRIO ALLENAMENTO



BUONO SCONTO 30%
SU TUTTE LE SCARPE
valido per tutto il giorno dell' inaugurazione