
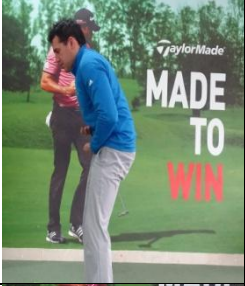








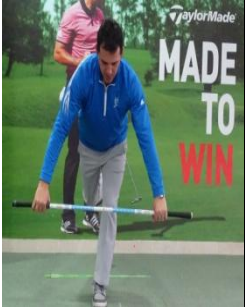


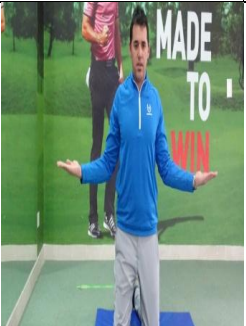

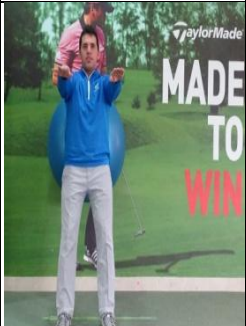




EJERCICIOS CORRECTIVOS PARA TEST CREACION DE TALENTO

Realizar de 3 series y de 6 a 12 repeticiones por ejercicios según la cantidad de correctivos a realizar.

					SECUENCIA DE MOVILIDAD GENERAL
					SECUENCIA DE DISOCIACION Y ROTACION ESPECIFICA
					SECUENCIA DE ESTABILIDAD
					SECUENCIA FUERZA ----- POTENCIA