TRAINING: TEORIA E PRATICA. Rinnovata la sezione delle SCHEDE DI ALLENAMENTO

Con gennaio 2012 nasce una nuova iniziativa A&G dedicata alla preparazione atletica. Una rubrica ricca di contenuti tecnici, dedicata a chi non ha la possibilità di leggerci nelle nostre pubblicazioni in edicola, a chi non riesce a recarsi a studio A&G.

Attenzione: i contenuti sono riservati ai lettori registrati al sito. La registrazione è gratuita, facilissima, e veloce, ma obbligatoria per leggere i contenuti di questa sezione riservata.

A gennaio 2012 ricorrono dodici anni esatti da quando è iniziata la nostra collaborazione con la rivista Mtb Magazine, il magazine nazionale di riferimento per il movimento Mtb italiano ma che, relativamente alla preparazione atletica, negli anni è stato guida anche del ciclismo amatoriale su strada. E' più di un decennio infatti che migliaia di appassionati lettori conoscono il nostro modo di proporre allenamento tramite le pagine del "nostro" giornale. Ora inizia una nuova avventura, affiancata a quella di Mtb Magazine: le schede di allenamento che tradizionalmente trovavate nelle pagine del giornale, da gennaio 2012 le trovate anche qui.

Anzi, in alcuni casi esclusivamente qui!

Ovvio, rispetteremo i tempi di uscita del giornale, non sovrapporremo il nostro articolo a quello in edicola, ma lo pubblicheremo quando non vi sarà. Quando invece saremo anche nell'uscita del giornale posticiperemo di un mese l'articolo completo qui, anticipandovi però il "succo": la scheda di allenamento.

Il giornale infatti è un contenitore dinamico che può decidere di seguire un atleta, ma anche semmai un tema specifico o l'innovazione di un azienda e quindi, nel mese successivo, non dare continuità alla preparazione già impostata per il suo lettore e dedicarsi all'approfondimento tecnico di un prodotto.

A&G Sporting invece è uno Studio di Consulenza Sportiva che al centro del proprio interesse ha sempre ed esclusivamente la condizione fisica del lettore-atleta. E l'atleta pretende continutà, compartecipazione di obiettivi, di passioni. E rispetto: per la fatica che fa, per le emozioni che prova, per tutto l'insieme di quelle componenti che rendono fantastico lo sport.

Per questo noi siamo qui, a condividere con voi la fatica nella strada.

Ecco dunque una nuova sezione dedicata a voi.

Dedicata a gandi temi sull'allenamento, uno per ogni mese, periodizzato durante l'anno, per accompagnare l'atleta A&G nel corso della stagione verso il miglior rendimento atletico: sviscerando argomenti, soddisfacendo curiosità, approfondendo argomenti tecnici, cercando di carpire segreti ai professionisti.

Una sezione dedicata a chi può bastare seguire suggerimenti di allenamento ma non la "sua" tabella specifica di allenamento: noi ci siamo!

Anzi: approfondiamo, schematizziamo e qui vi proponiamo.

Basterà registrarsi al sito, nella sezione in homepage in basso a sinistra e potrete accedere liberamente alle SCHEDE DI ALLENAMENTO.

Qui http://www.aegsporting.com/index.php?option=com_content&task=category&sectionid=7&id=30&Itemid=102 il nostro contributo al vostro allenamento multimediale...