



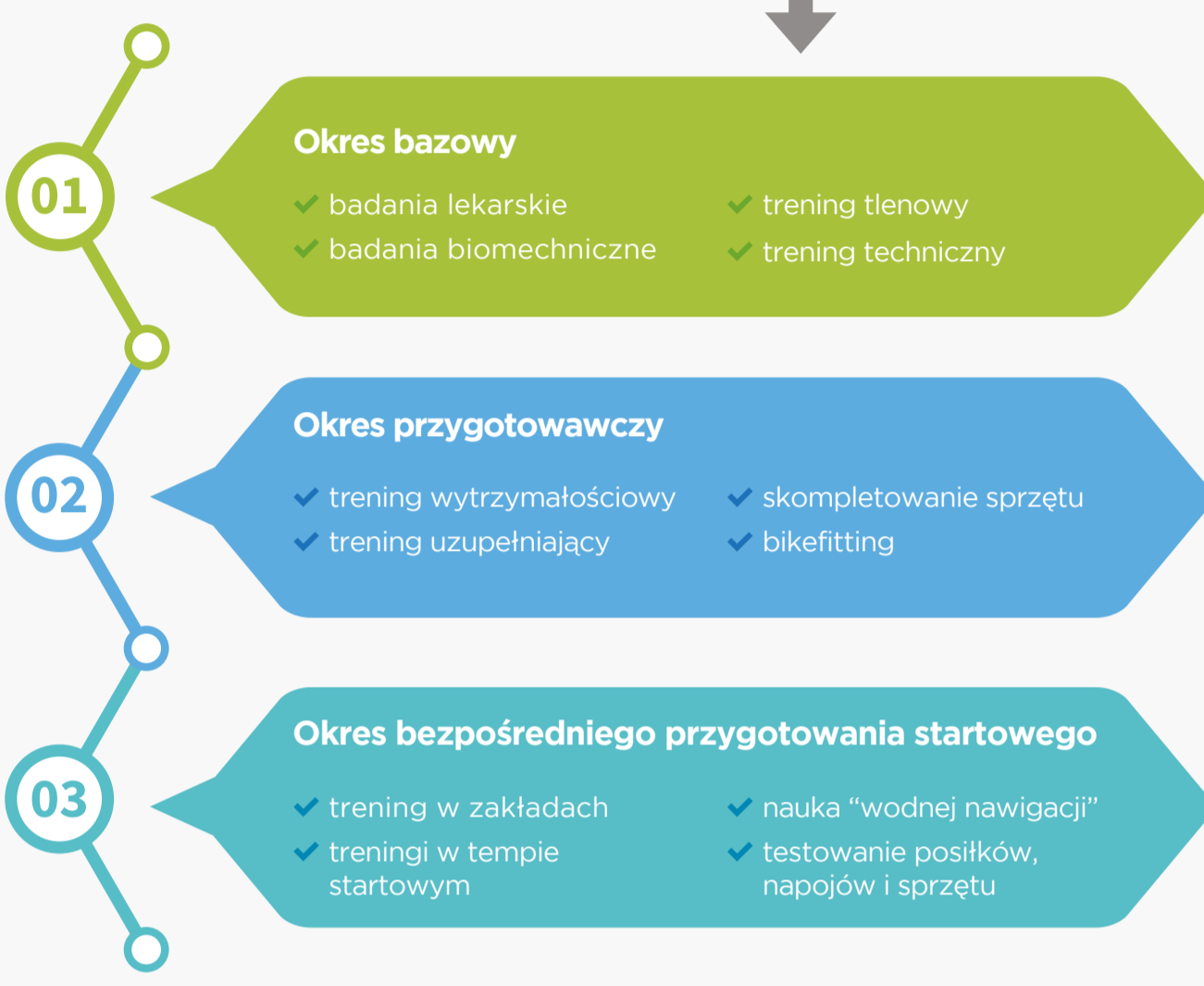
PRZYGOTOWANIE DO TRIATHLONU KROK PO KROKU



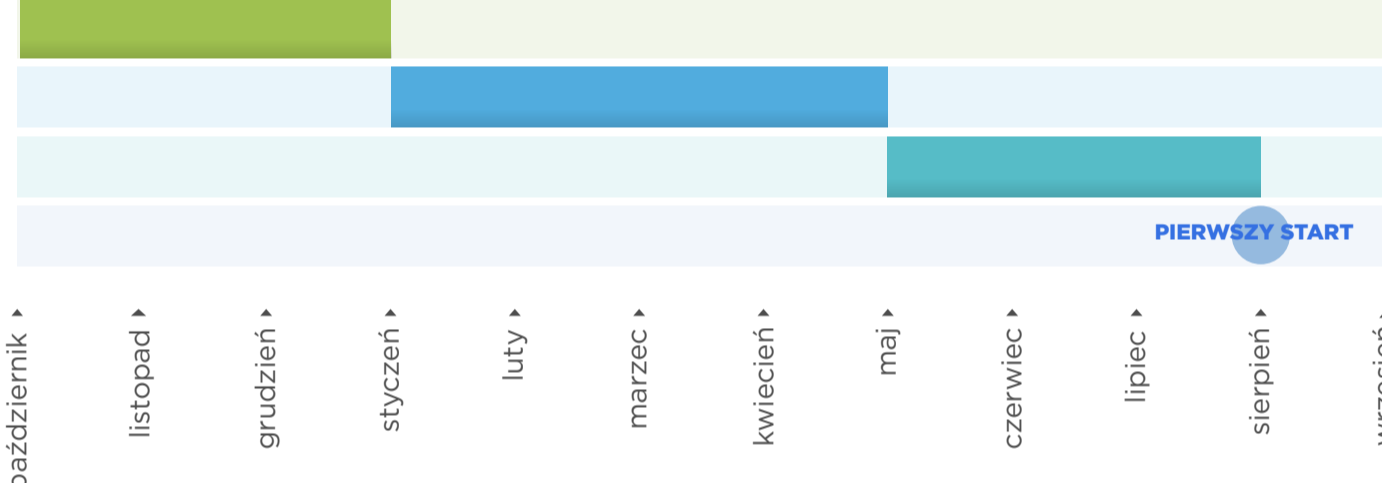
DOBRY PLAN TO PODSTAWA ZAŁÓŻ KALENDARZ TRIATHLONISTY



Przygotowanie do triathlonu (podzielone jest na trzy etapy)



STARTUJESZ W SIERPNIU? ZACZNIJ PRZYGOTOWANIA JUŻ W PAŹDZIERNIKU!

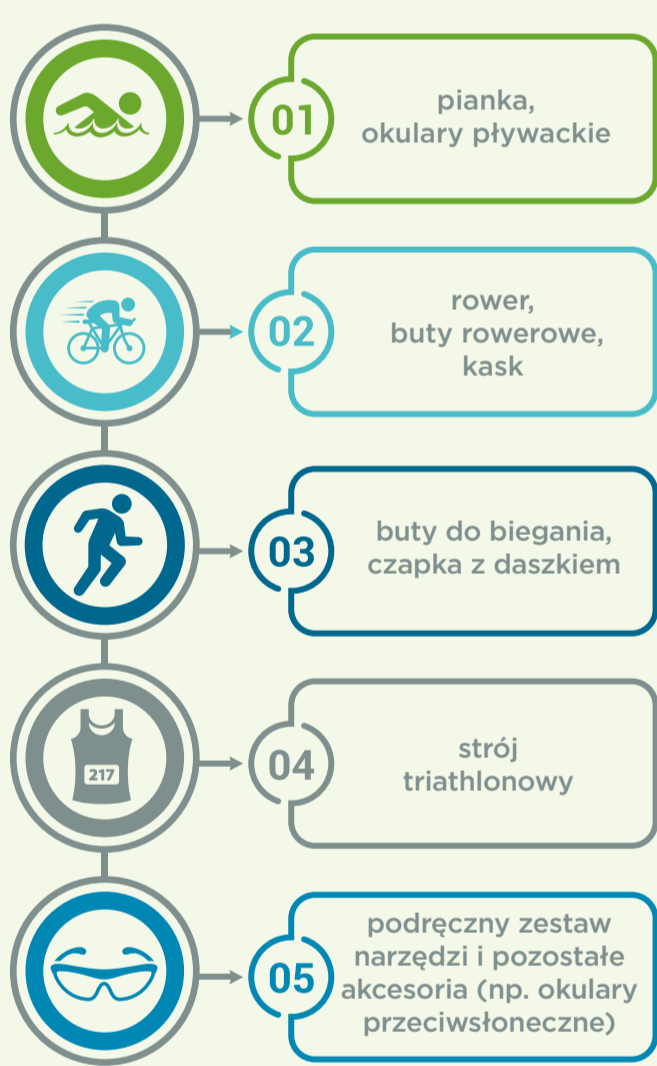


SKOMPLETUJ SPRZĘT

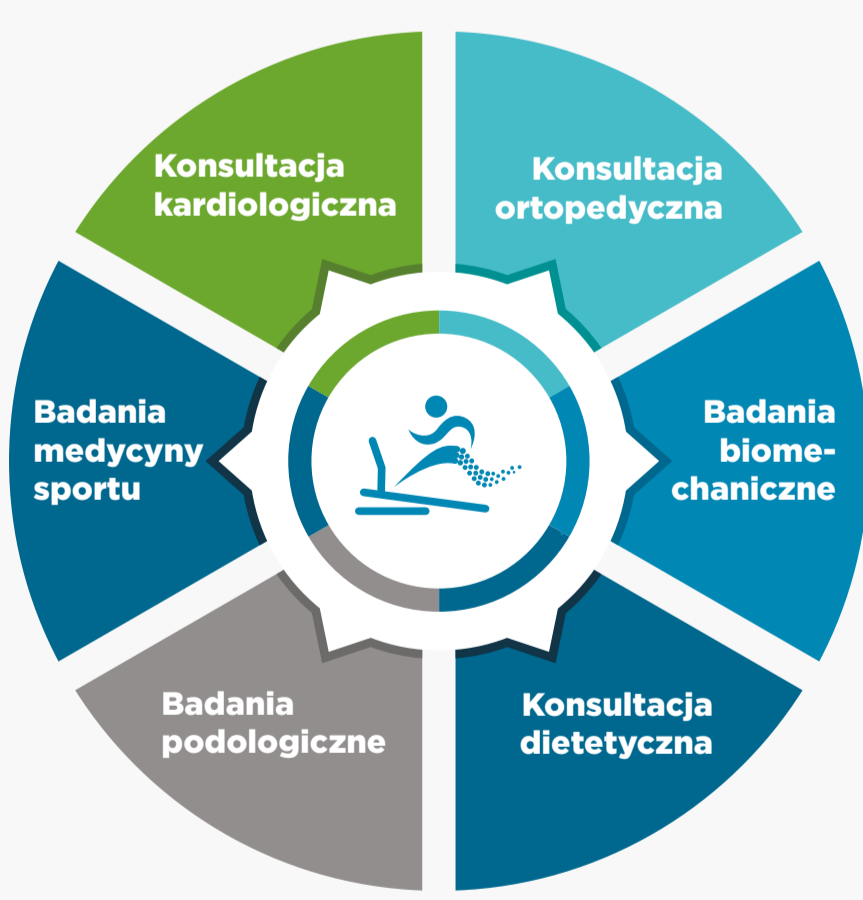
Zapoznaj się z regulaminem zawodów, w których masz zamiar wziąć udział - wymagania dotyczące sprzętu mogą się różnić w zależności od zawodów.

KOMFORT UPRAWIANIA SPORTU

Stopy triathlonisty narażone są na duże obciążenia dlatego pomocne mogą okazać się **indywidualne wkładki podologiczne**, które poprawiają komfort uprawiania sportu - minimalizują przeciążenia i amortyzują wzmożone naciski podczas aktywności!



SPORT TO ZDROWIE, DLATEGO WYKONAJ NIEZBĘDNE BADANIA



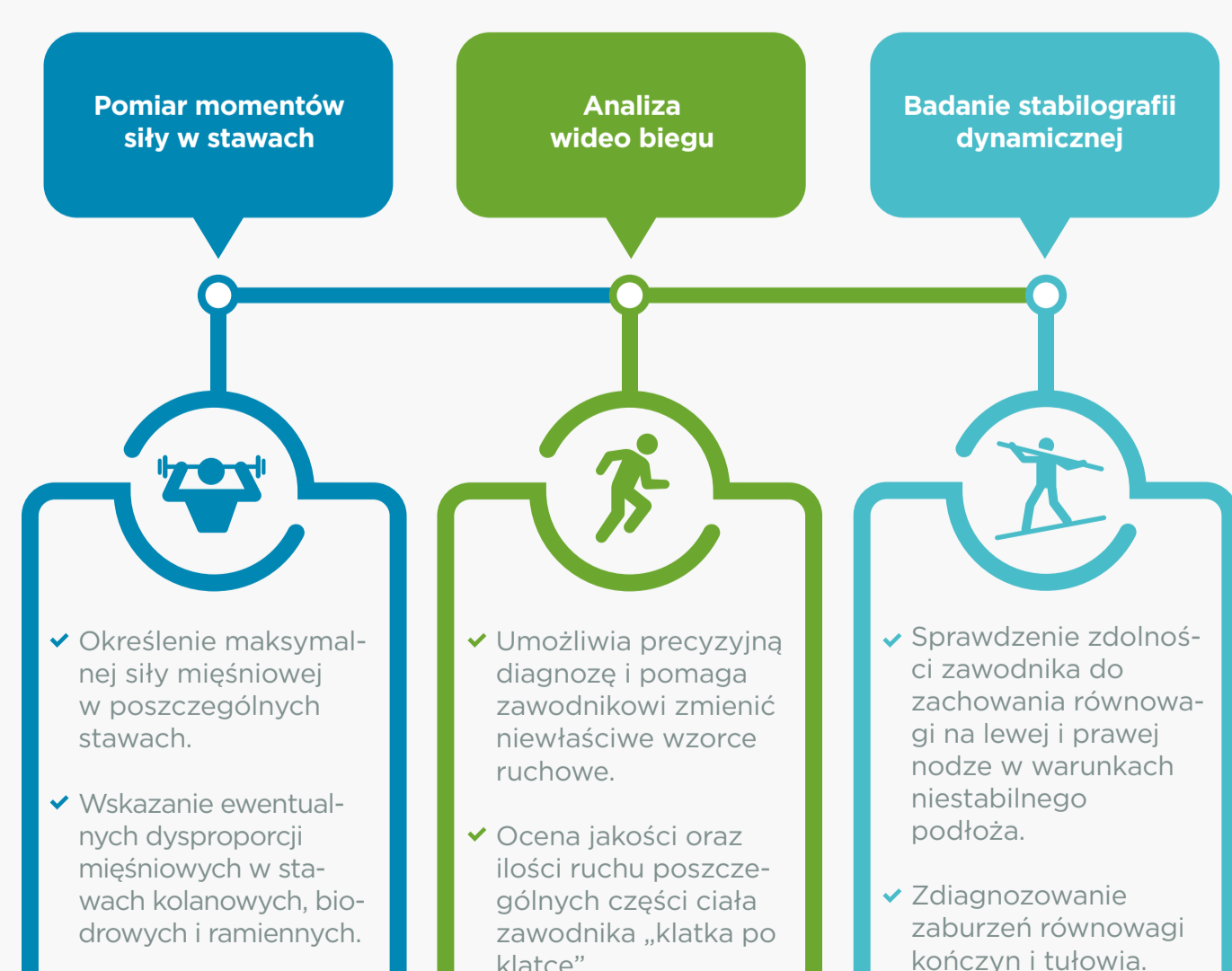
BADANIA BIOMECHANICZNE DEDYKOWANE TRIATHLONISTOM

Dostarczają cennych wskazówek, jak odpowiednio przepracować trening aby wykorzystać w pełni swój potencjał i nie martwić się o kontuzje w trakcie startu w zawodach!

WSKAZÓWKA:

Po badaniach umów się na trening z trenerem przygotowania motorycznego!

PAKIET ZDROWEGO TRIATHLONISTY



CZAS NA PIERWSZE ZAWODY!