

ANIMADOR EN STAND UP PADDLE. 20 HORAS

OBJETIVO

El **secreto del SUP** es que es un deporte para **todas las edades, condiciones físicas y relativamente seguro.**

La facilidad para aprender y adaptabilidad a todos los medios acuáticos sin duda a colaborado en ello.

La diversión esta asegurada durante la practica de este deporte y el ejercicio físico también. Es uno de los **deportes más completos que existen**, al ser una actividad de bajo impacto es apto para todas las edades.

Durante la práctica intervienen una gran cantidad de músculos en todo el cuerpo tanto estáticos como dinámicos. Al tener que mantener el equilibrio es un **excelente trabajo continuo de propiocepción.**