2024| ¿Qué consejos relacionados con la actividad física le podemos dar a nuestros p

Categoría: Consensos y guías
Publicado: Jueves, 21 Marzo 2024 13:25
Escrito por: Sofia
Visitas: 1458

Sociedad: Sociedad Española de Estudio de la Obesidad

Cada semana deberá contener al menos de 2 a 6 sesiones de entrenamiento, para considerar que puedan ser efectivas, teniendo en cuenta los diferentes objetivos.



Phoca PDF