



Prepariamoci per un 2024 a pieno Trail !!

Descrizione

Ecco la prima: grazie alla solida collaborazione con [Total Training](#) vogliamo condividere questo nuovo servizio per tutti coloro che ci seguono. **Puoi avere la possibilità di ricevere dei training plans dedicati al Trail Running.**

Sono rivolti a coloro che non si sentono ancora pronti per un coach professionista ma vogliono delle indicazioni specifiche per i propri allenamenti.

[SCOPRI I TRAINING PLANS](#)

Se hai intenzione di partecipare ad una gara di Trail i primi mesi del 2024 ecco che questa email fa per te. Puoi capire come gestire gli allenamenti dalle distanze ULTRA agli SHORT TRAIL.

Total Training con i suoi coach ha più di 25 anni di esperienza nel coaching sportivo per running e sport di endurance, ed in questo caso abbiamo unito le forze con Coachpeaking, giovane start up italiana che ha sviluppato una piattaforma per la gestione avanzata dell'allenamento; insieme abbiamo creato una serie specifica di piani di allenamento mirati alla tua preparazione fisica.

[SCOPRI I PIANI DI ALLENAMENTO](#)

[SPECIFICI PER TRAIL RUNNING](#)



La seconda news Ã che la data dell' 8Â° EDIZIONE DEL TRAIL DEL RUBICONE Ã stata fissata a DOMENICA 7 APRILE 2024

Molto presto tutte le informazioni e dettagli intanto fai un bel SAVE THE DATE e [per tutti gli aggiornamenti CLICCA QUI.](#)

Quindi alleniamoci e ci vediamo nel 2024 !!