

CHECK LIST - 2

TREINAMENTO DE ALTA PERFORMANCE

* Consulte o Ebook Gratuito "Zere a Abertura" para preencher o check list

Atente-se ao Alinhamento

EVITE:

- Escolha Corretamente
- Atente-se ao Alinhamento
- Respeite o seu limite de dor
- Desenvolva seu Mind Set

FAÇA SUAS ANOTAÇÕES SOBRE A AULA ABAIXO: