



Dificultad



Reto Estrella

Tú puedes hacerlo... ¡Atrévete!

Cadena de Retos Saludables Internacional



PALMARÉS:

Damián Quintero Capdevila

DAMIÁN QUINTERO, "KINGTERO"

Es el mejor, la referencia, el número uno del ranking mundial en la modalidad de katas de karate los dos últimos años.

- 1 x Campeón del Mundo de Karate, 2014.
- 1 x Subcampeón del Mundo de Karate, 2016.
- 1 x Subcampeón de los Juegos Mundiales, 2017.
- 2 x Bronce en Campeonatos del Mundo, 2010 y 2016.
- 1 x Campeón de los Juegos Europeos, 2015
- 8 x Campeón de Europa, 2005, 2013, 2014, 2015 y 2016, 2017.
- 8 x Subcampeón de Europa, 2004, 2009, 2010, 2011, 2012, 2014 y 2016.
- 3 x Bronce en Campeonatos de Europa, 2006, 2007 y 2008.
- 2 x Campeón de la Liga Mundial, 2015 y 2016.

17 Medallas en la Liga Mundial:
- 7 Oros
- 7 Platas
- 3 Bronces

¿Qué RETO nos propone?

Ver RETO: <https://youtu.be/26VE5GDgQYs>

Hacer 10 abdominales en 30 segundos.

¿QUIÉN SERÁ

CAPAZ DE HACERLAS O SUPERARLAS?

**HAZ DEPORTE
¡DISFRUTA DE UNA
VIDA SALUDABLE!**

SÍGUENOS en nuestro blog



y en:



cadenaderetossaludables.blogspot.com

Vida Saludable IES Clara Campoamor Ceuta