



Diego Martínez

Diego és un clar exemple del que es pot aconseguir amb la constància i gaudint de la vida.

L'energia amb què entrena cada dia fa que sigui una persona amb plena vitalitat i energia.

Nom i cognoms: Diego Martínez

Edat: 63 anys

Club: Europolis Sardenya

Professió: coordinador esportiu en un centre d'atenció menor

Antiguitat a Europolis: 9 anys

Tipus d'entrenament: Tai Chi i manteniment general

Freqüència: 5 dies a la setmana

Entrenes perquè... ho necessito, és part de la meva vida

Europolis m'ha canviat la vida perquè ... no m'ha canviat la vida perquè sempre he fet esport, però si m'ha ofert unes instal·lacions i un ambient que no he trobat en altres complexos esportius

Entrenar m'ajuda en la meva feina perquè... em dóna una bona condició física i mental

El teu esmorzar: torrada de pa amb tomàquet i pernil

Una frase: cada dia s'ha de viure com si fos l'últim

Un personatge: Rafael Martínez (el meu pare)

Els teus amics diuen de tu ... diuen de tot, bo, dolent, etc.

¿Dia o nit? Dia

Una pel·lícula: "Alguien voló sobre el nido del cuco"

Vacances a... Canadà

Completa la frase "Europolis és... el centre esportiu on puc realitzar diferents activitats físiques".