

تجربتي مع المدرب راشد الناجم خلال ٣ شهور فوق الممتازه من ناحية جودة الشغل بالجدول للتمرين والتغذية والمتابعة، لاحظت تطورات بالشكل والصحه حييل لي درجه النادي وقتها صار جزء من يومي، تحسنت ثقافتي بمجال الرياضه والتغذية، وأنصح من القلب للامانة الاشتراك مع المدرب راشد الناجم، الشغل فوق الممتاز واتوقع في اقوى بعد مع الوقت