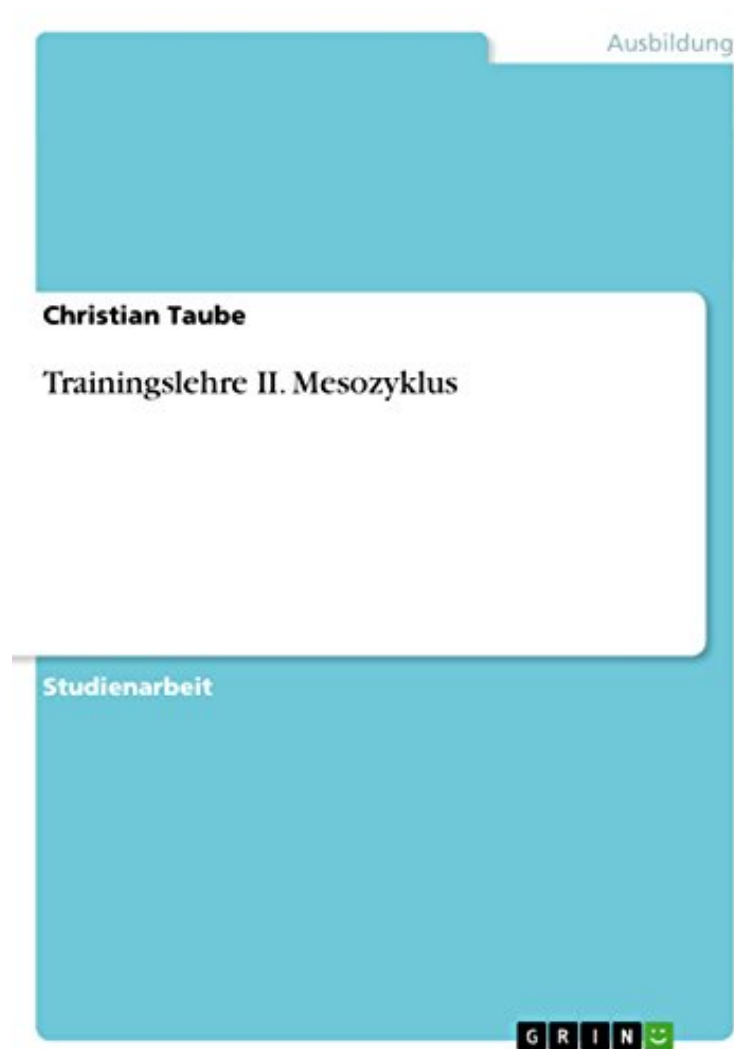


(Download pdf ebook) Trainingslehre II. Mesozyklus (German Edition)

Trainingslehre II. Mesozyklus (German Edition)

Christian Taube

*ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook*



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

2014-09-01 2014-09-01 File Name: B01MT1B5MC | File size: 74.Mb

Christian Taube : Trainingslehre II. Mesozyklus (German Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Trainingslehre II. Mesozyklus (German Edition):

Studienarbeit aus dem Jahr 2014 im Fachbereich AdA Gesundheit / Medizin / Sport / Soziales, Note: 2,4, Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement GmbH, Veranstaltung: Trainingslehre II, Sprache: Deutsch, Abstract: Diese Arbeit enthält die Leistungsdiagnostik sowie Planung eines Mesozyklus für einen bereits sportlich aktiven, männlichen Kunden. Das allgemeine Hauptziel des Kunden ist es, körperlich noch fitter zu werden und seine Ausdauer zu steigern. Ausßerdem wird eine Literaturrecherche bezüglich der "Effekte des Ausdauertrainings bei Übergewicht/Adipositas" mit dem Vergleich zweier Studien zu diesem Thema

gegeben.