

Kvinnor och träning PDF E-BOK

Anna Nordström



Författare: Anna Nordström

ISBN-10: 9789177270072

Språk: Svenska

Filstorlek: 3675 KB

BESKRIVNING

Det här häftet vänder sig till kvinnor som vill optimera sin träning och till tränare som vill lära mer om träning för kvinnor inom såväl motions- som elitidrott.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Kosttillskott för kvinnor - Köp kosttillskott och träningskläder ...

Insamlingsstiftelsen Kvinnor & Hälsa har sedan 2011 delat ut över fem miljoner kronor i stipendier till forskare inom kvinnors hjärt- och kärlsjukdomar.

Shегym träningsanläggning för kvinnor - Gym i Malmö

I sin studie har idrottsforskaren Emelie Strandberg följt 63 friska och fysiskt aktiva kvinnor mellan 65 och 70 år. Kvinnorna delades ... bra och allsidig träning.

Bokrecension: Kvinnor och träning | Styrkelabbet

Resultatet av tre månaders styrketräning för knappt 600 personer vars träning ... De verkliga skillnaden i procentenheters ökning mellan män och kvinnor i ...

LÄS MER