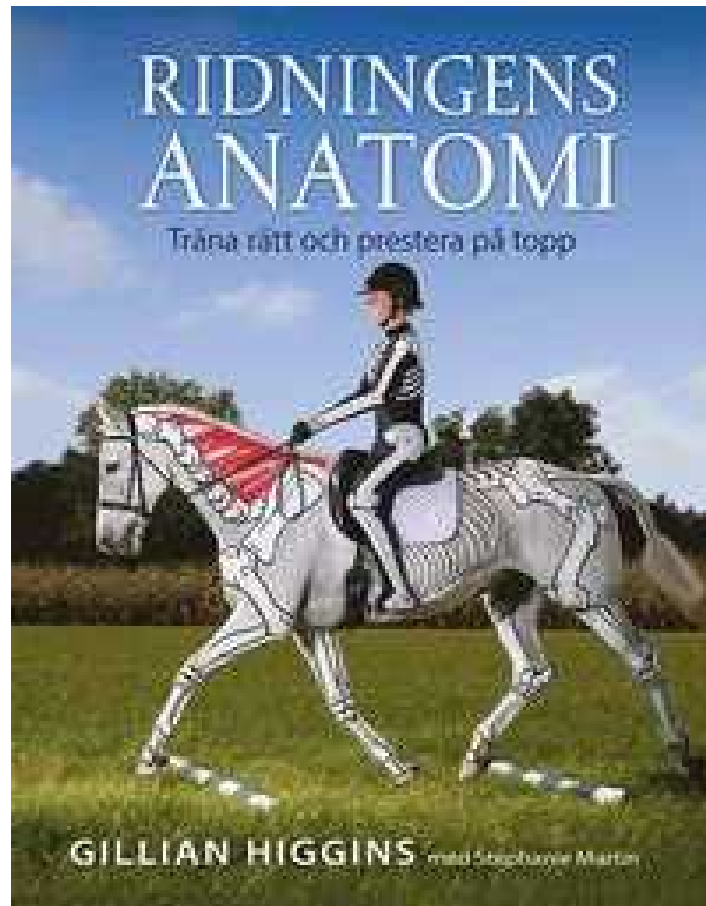


Tags: Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp bok pdf svenska; Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp epub books download; Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp e-bok apple; Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp MOBI download; Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp las online bok; Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp ladda ner pdf e-bok

Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp PDF E-BOK

Gillian Higgins,Stephanie Martin



Författare: Gillian Higgins,Stephanie Martin

ISBN-10: 9789176178881

Språk: Svenska

Filstorlek: 3237 KB

BESKRIVNING

Gillian Higgins är världskänd för att hon skapat ett helt nytt perspektiv på träning och hästhantering. Hon förmedlar insikter om hur man som ryttare hittar den perfekta harmonin med sin häst genom att måla anatomiska kartor på hästarna och låta ryttarna bära speciella anatomiska dräkter. Denna unikt illustrerade bok handlar om hur man lägger upp ett säkert, varierat, roligt, effektivt och realistiskt träningsprogram. Den ger ryttaren de nödvändiga verktygen för att fatta väl underbyggda beslut som hjälper både ryttaren och hästen att prestera på topp, känna glädje och tillfredsställelse och utveckla sin förmåga. Med utgångspunkt från hästens anatomi, biomekanik och välbefinnande, lär du dig allt om: - Skelettets utveckling - Hur du kan förbättra din hästs kroppshållning - Hur påfrestningar och skador i en kroppsdel påverkar en annan kroppsdel - Varför somliga muskler blir långa svaga och andra korta och spända - Hur du kan minska påfrestningarna på ligament och senor - Rörelser som stärker musklerna - Lösgörande övningar och övningar som stärker mellandelen - Varför bomövningar och gymnastikhoppning är nyttigt för hästar i alla discipliner "Ridningens anatomi borde vara obligatorisk läsning för alla tränare och seriösa ryttare som vill förstå hur hästen fungerar och kunna utveckla den och förekomma skador. Kombinationen av författarens teoretiska kunskaper och hur man omsätter dem i praktiken samt illustrationerna gör denna välskrivna bok unik och mycket användbar." Nathalie Dumon Nance, BTJ nr 21, 2017

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp ... - booky.fi

Du har 14 dagars ångerrätt på oöppnade produkter enligt distansköplagen; Vid problem: Kontakta Ginza Kundservice

Anatomi skelett - AllaAnnonser

Hinta: 26,70 €. sidottu, 2017. Lähetetään 1-2 arkipäivässä.. Osta kirja Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp Gillian Higgins (ISBN ...

Ridningens anatomi : träna rätt och prestera på topp av Gillian Higgins ...

Språk och skrivande är min passion - och det har jag hållit på med i olika... Ulrika Jannert Kallenberg Engelska till svenska.

RIDNINGENS ANATOMI : TRÄNA RÄTT OCH PRESTERA PÅ TOPP

LÄS MER