

## **Rörelseglädje PDF E-BOK**

**Gullmay Idman,Pekka Idman**



BILD  
SAKNAS

Författare: Gullmay Idman,Pekka Idman

ISBN-10: 9789176092163

Språk: Svenska

Filstorlek: 1640 KB

## BESKRIVNING

I serien LIVSKUNSKAP, tecknad -från 12 år - obegränsat Att behålla sin hälsa och få ett långt aktivt liv är det viktigaste för varje människa. Men vi förtränger gärna att vi själva måste göra något för att hålla oss friska och sjukdomar kommer ibland som en påminnelse om att vi har slarvat. Det handlar om kost och motion och många tror att det är förenat med ett tråkigt liv. I denna skrift får läsaren kunskap, tips och motivation till ett friskare liv och mer rörelseglädje i vardagen.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Generation Pep**

xFlow - Jönköpings härligaste träningsanläggning för dig med rörelseglädje i hela kroppen! En förstklassig parkourhall och en härlig hinderbana. Fokus är ...

### **Rörelseglädje - Synskadades Riksförbund Stockholms och Gotlands län**

Leila har blivit ansiktet för vardagsträningen och har även gett ut boken Vardagsträna. Träning ska vara enkel, effektiv och kunna utföras av alla så att den ...

### **Lust Att Lära - JS Läromedel**

Hos oss får barn utlopp för sin rörelseglädje. Vi tränar dem i motorik från gymnastikens grunder. Vi tränar i små grupper för att kunna ge alla barn ...

***LÄS MER***