

Krop og Træning PDF

Lotte Tybjerg-Pedersen



Forside mangler

Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Lotte Tybjerg-Pedersen

ISBN-10: 9788700391888

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4546 KB

BESKRIVELSE

Krop og Træning giver en samlet fremstilling af den elementære fysiologi, anatomi og træningslære. Bogen giver en nødvendig baggrundsviden for at beskæftige sig med forskellige emner inden for idrætsteorien. Bogen er beregnet for idræt B i gymnasiet og HF, men vil også kunne anvendes på højskoler, seminarier og andre uddannelsesinstitutioner, der beskæftiger sig med idræt. Forfatterne har udarbejdet en hjemmeside til bogen, som kan findes på www.kropogtraening.dk.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Insulin er for mange et forholdsvist ukendt hormon, som bare forbindes med sukkersyge. Faktum er dog at insulin spiller en meget stor rolle i forhold til graden af ...

Motion og træning 01. oktober 2018 ... Krop og sind 02. oktober 2018 ...

Følg Job og Krop på Facebook. ... Det behøver ikke tage lang tid. Få minutters træning tre gange om ugen kan være nok. Se øvelser på video.

KROP OG TRÆNING

[Læs mere ...](#)