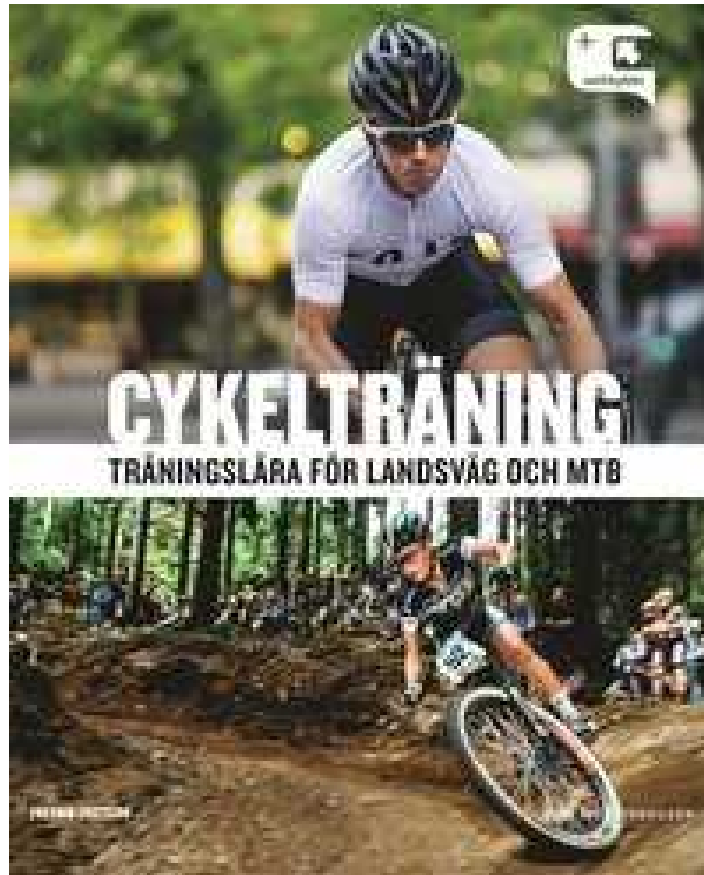


Tags: Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB bok pdf svenska; Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB ladda ner pdf e-bok; Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB MOBI download; Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB las online bok; Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB e-bok apple; Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB epub books download

Cykelträning : träningslära för landsväg och MTB PDF E-BOK

Markus Torgeby



Författare: Markus Torgeby

ISBN-10: 9789187745799

Språk: Svenska

Filstorlek: 1156 KB

BESKRIVNING

Boken Cykelträning - träningslära för landsväg och mtb handlar om prestationsorienterad tävlingscykling på motionsnivå ända upp till professionell världselit. Boken vänder sig till cyklister, tränare och andra som vill få mer kunskap om träningslära inom cykelsporten och inspiration för hur man kan cykla fortare. Alla cyklister - nybörjare eller erfaren, junior eller veteran, motionär eller elit - kan hitta något potentiellt utvecklande. Boken börjar med en kravprofil som bland annat beskriver de olika disciplinerna, och följs av ett kapitel om den mänskliga fysiologin som påverkar prestationsförmågan för cyklister. Till boken finns även en webbplats - www.cykeltraining.se - med fördjupad kunskap, information och inspiration, mycket i form av videoklipp.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Cykelträning - träningslära för landsväg och MTB

Landsväg MTB Teknik Meka. Träning. Träningslära Kost och näringslära. ... hjälper dig hitta din sweetspot i träningen och bjuder på 100 tips för såväl ...

Firma Marcus Streijffert: Läsvärd cykelbok

Boken vänder sig till cyklister, tränare och andra som vill få mer kunskap om träningslära inom cykelsporten och inspiration för hur man kan cykla fortare.

Cykla Åkullaleden i Halland - Sweden by Bike

Naturen är kuperad och vacker, ... Bokskogarna är karakteristiska för Åkullatrakten och MTB-loppet Bockstensturen går ... Cykelträning - träningslära för ...

LÄS MER