

Tags: Anatomia del movimento e abilità atletica libro pdf download, Anatomia del movimento e abilità atletica scaricare gratis, Anatomia del movimento e abilità atletica epub italiano, Anatomia del movimento e abilità atletica torrent, Anatomia del movimento e abilità atletica leggere online gratis PDF

Anatomia del movimento e abilità atletica PDF

Rolf Wirhed



Questo è solo un estratto dal libro di Anatomia del movimento e abilità atletica. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Rolf Wirhed
ISBN-10: 9788870512113
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4015 KB

DESCRIZIONE

Offrendo una dettagliata analisi del movimento, Wirhed permette di comprendere i fattori importanti per migliorare le prestazioni e offre un testo valido anche per l'effettivo allenamento. Il libro descrive le caratteristiche generali di ossa, articolazioni e muscoli e fornisce linee-guida generali per l'allenamento della flessibilità e della forza prima di affrontare l'anatomia e le funzioni delle differenti parti del corpo. L'ultima parte esamina i tipi di movimento importanti nello sport. Questa nuova edizione è stata ampliata e aggiornata con l'uso della terminologia del movimento, della neurologia connessa e del trattamento delle lesioni dei muscoli e dei legamenti e con una revisione del capitolo sulla biomeccanica applicata allo sport.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

DESCRIZIONE. Anatomia del movimento e abilità atletica rappresenta un ponte tra la biomeccanica e la pratica sportiva. Offrendo una dettagliata analisi del movimento ...

Encuentra Anatomia del movimento e abilità atletica de Rolf Wirhed (ISBN: 9788870512113) en Amazon. Envíos gratis a partir de 19€.

ANATOMIA DEL MOVIMENTO E ABILITÀ ATLETICA

[Leggi di più ...](#)