

Charlotte Kalla - styrka, teknik och pannben PDF

Nadia Murad, Jenna Krajeski



Det här är bara ett utdrag ur Charlotte Kalla - styrka, teknik och pannben bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Nadia Murad, Jenna Krajeski

ISBN-10: 9789176471807

Språk: Svenska

Filesize: 2948 KB

BESKRIVNING

Med Charlotte i spåret! Drömmer du om Vasaloppet? Om att bli en bättre skidåkare? Följ med Charlotte Kalla ut i spåret, på med pannlampan och dra ut i skogen en sen novemberkväll, kör hennes rörlighetsprogram som morgonträning och ta del av hennes bästa knep för att hålla motivationen på topp. Hur gör man egentligen för att bli så där framgångsrik, så duktig på att åka skidor? Läs om Charlottes konkreta tips och program för spåret, träning vid sidan av spåret och allt annat som hör skidåkningen till. Hitta din egen väg till framgång och ett starkare pannben!

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Drömmer du om Vasaloppet? Om att bli en bättre skidåkare? Följ med Charlotte Kalla ut i spåret, på med pannlampan och dra ut i skogen en sen novemberkväll ...

Här agerar bonden Magnus Jakobsson motvikt åt Charlotte Kalla.

Skidåkaren Charlotte Kalla är aktuell med boken Styrka, teknik och pannben.

CHARLOTTE KALLA - STYRKA, TEKNIK OCH PANNBEN

[Fortsätt läsa...](#)