

Strečing



[František Šebej](#)

Strečing - František Šebej ke stažení PDF Průručka na cvičenie strečingu pre čo najširší okruh čitateľov od nešportovcov až po vrcholových športovcov. Snaží sa poskytnúť čitateľovi zrozumiteľnou formou čo najhlbšie informácie aj o podstate nervovo-svalových mechanizmov, ktoré sa usilujeme strečingom ovplyvniť a ktoré pri strečingu využívame...

https://www.databazeknih.cz/images_books/24_/245340/strecing-245340.jpg

