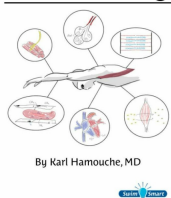


The Biology of Swimming



Biologia Pływania: Klucz do Optymalizacji Twojego Treningu

Indeks: 734370 Producent: Independently published

Cena: 305.74 zł

Opis

The Biology of Swimming: Everything you need to know about the Swimming Machine!

Producent: Independently published

W książce The Science of Swimming odkryjesz fascynujący świat nauki i biologii, które stoi za pływaniem. Przyjrzyj się z bliska anatomicznym i biomechanicznemu aspektowi pływania, aby poprawić swoją technikę i wydajność w wodzie. Dowiesz się, jakie mięśnie i ruchy są kluczowe dla skutecznego pływania, jakie są najnowsze technologie treningowe i jakie kształtuje woda na twoje ciało podczas pływania.

Czytasz o najnowszych badaniach nad biomechaniką pływania, a także o tym, jakie korzyści dla zdrowia może przynieść regularne uprawianie pływania. Książka zawiera także praktyczne porady, które pomogą Ci poprawić swoją technikę i osiągnąć lepsze wyniki w wodzie.

Napisana przez ekspertów, The Science of Swimming to must-read dla każdego pływaka - zarówno początkującego, jak i zaawansowanego.

- **wiązący:** paperback
- **język:** english, english, english
- **waga przedmiotu:** 2.31 pounds
- **strony:** 324
- **słowo kluczowe tematu:** exercise science, kinesiology, swim book, swim smart, swim training, swimming, swimming book
- **kod podmiotu:** HEA007000, HEA007000
- **grupa docelowa:** General/trade
- **Liczba przedmiotów:** 1
- **waga opakowania przedmiotu:** 2.05 pounds
- **producent:** Independently published
- **zewnętrznie przypisany identyfikator produktu:** 9798588643382, 09798588643382
- **gatunek muzyczny:** Health & Fitness, Exercise - General
- **Data publikacji:** 2019-03-01T00:00:01Z
- **numer wydania:** 1
- **nazwa przedmiotu:** The Biology of Swimming: Everything you need to know about the Swimming Machine!
- **data premiery:** 2019-03-01T00:00:01Z
- **data uruchomienia strony produktu:** 2020-12-31T14:35:50.154Z

Parametry

Format	Książka papierowa
Język	polski
Waga przedmiotu	1 kg
Liczba stron	324
Data publikacji	2023-01-01