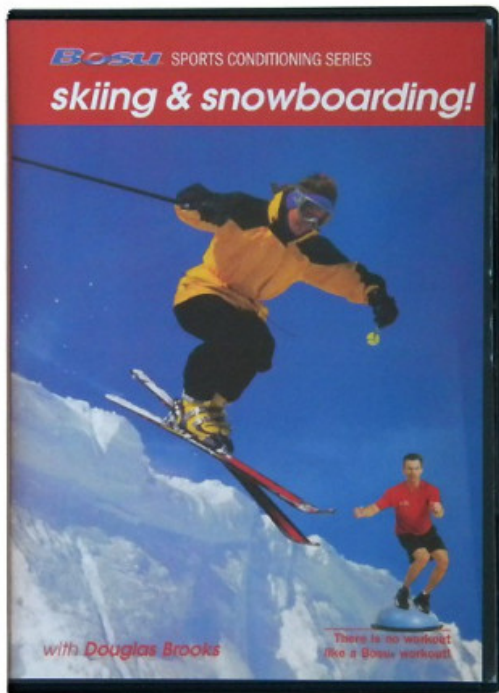


DVD sullo sci e lo snowboard, allenamento specifico con il Bosu



Riferimento

Codice 2112F

-
-

Opzioni

Descrizione

DVD per l'utilizzo sugli esercizi di preparazione allo sci e allo snowboard.

Curato da Douglas Brooks, illustra una serie di esercizi che aiuteranno a sviluppare forza, resistenza, velocità, reattività ed equilibrio in tutti gli sport legati alla neve.

Durata 54 minuti.