

Sportovní příprava dětí 2



[Tomáš Perič](#)

Sportovní příprava dětí 2 - Tomáš Perič ke stažení PDF Samostatný zásobník velkého množství praktických cvičení pro sportovní přípravu dětí doplňuje, aktualizované vydání "teoretické" publikace Sportovní příprava dětí. Kniha je určena trenérům dětí a mládeže, sportovním instruktorům, cvičitelům a učitelům tělesné výchovy na základních školách. Autor připravil více než 600 cvičení zaměřených na všeobecný kondiční trénink, všestrannou pohybovou přípravu a kompenzaci dětského organismu. Jednotlivá cvičení jsou podrobně popsána a doplněna ilustračními fotografiemi.

