Kardio aerobik

Autor *Michal Bábela*
Vytvorené *02/01/2011 - 18:40*

Definícia

Nízky aerobik vo vyššom tempe, ktorého cieľom je posilnenie srdcovo-cievneho systému.

Výskyt

aerobik

URL adresa zdroja: https://www.sportency.sk/encyclopedy/?q=content/kardio-aerobik