

Kardio aerobik

Autor *administratorius*

Vytvorené 02/01/2011 - 17:40

Definícia

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

Výskyt

aerobik

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