

Jaki styl dla początkującego ?

Autor: Jurek87 - 08/02/2018 21:25

Witam, chciałbym się zapytać jaki wybrać styl dla początkującego czy klasyk czy łyżwa, nie wiem czy to ma jakieś znaczenie ale staram się w miarę systematycznie biegać, dlatego jako dodatek chciałbym spróbować wprowadzić nartorolki - według mnie świetna dyscyplina ogólnorozwojowa i poprawiająca kondycję

=====

Odp: Jaki styl dla początkującego ?

Autor: Gumiś - 08/02/2018 22:08

Cześć kolego,
wybierz taki styl który lubisz
dzięki temu sprawi Ci to przyjemność.

=====

Odp: Jaki styl dla początkującego ?

Autor: Szklarz - 08/03/2018 06:37

Poszperaj wśród tekstów zgromadzonych na tym portalu, na wiele pytań łatwiej Ci będzie odpowiedzieć. Zacznij od tego, który mówi od jakiej techniki łatwiej zaczynać naukę.

nartorolki.pl/Trening-i-technika/Od-jaki...na-nartorolkach.html

=====