

## Sportastic

Buch LAUFEN-SPRINGEN-WERFEN

Artikel-Nr.: 1910001030

### Produktbeschreibung:

Bewegungsbasis aufbauen und stärken! Laufen, Springen und Werfen werden als motorische Grundfertigkeiten in fast allen Sportarten benötigt. In diesem Buch finden Trainer aller Sportarten abwechslungsreiche Übungsformen, diese Bewegungsbasis zu stärken. Übungsleiter und Trainer aller Sportarten finden in dieser kompakten Broschüre gleichermaßen abwechslungsreiche wie zielgerichtete Übungsformen, diese Bewegungsbasis zu stärken. Die integrierten kleinen Tipps und Tricks vermitteln auch Nichtspezialisten sichere Wege zu einer guten und belastbaren Bewegungstechnik.

---

<b>Seiten:</b>	<b>64</b>
<b>ISBN:</b>	<b>978-3894171872</b>
<b>Autor:</b>	<b>Klaus Oltmanns</b>
<b>Verlag:</b>	<b>Philippka</b>
<b>Umfang:</b>	<b>16,2 x 0,8 x 21 cm</b>
<b>Altersempfehlung:</b>	<b>5 - 18 Jahre</b>

---

<b>Menge</b>	<b>Stückpreis</b>
Einzelpreis	€ 14,00 *

---

\*inkl. MwSt. [zzgl. Versandkosten](#)

---



Sportastic HandelsgmbH  
Gewerbepark 73 -- 9710 Feistritz

Tel.: +43 (0) 4245 40000 Fax: +43 (0) 4245 40000 11  
Mail: [support@sportastic.com](mailto:support@sportastic.com) -- [www.sportastic.com](http://www.sportastic.com)