

Tabata Training im Wasser

Fortbildungsveranstaltung über 8 h

Inhalte:

- Methodik des Tabata Trainings
- Tabata Training im Wasser
- Variationen von Trainingsmethoden
- Studien über Wirksamkeit
- Praktische Hinweise

Julia Bothe

Dr. Brita Karnahl

05.04.2014

Dr. Brita Karnahl

AquaMedical-Akademie

