

# 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

