

Dietz

## Let's sprint, let's skate. Innovationen im PNF-Konzept

---

Die Autorin stellt ein ganzheitliches sportliches Übungsprogramm vor: In Weiterentwicklung der bekannten Propriozeptiven Neuromuskulären Faszilitation (PNF) werden die PNF-Bewegungsmuster zu Gesamtbewegungsmustern „zusammengefasst“. Diese entsprechen den Abläufen beim Sprinten (Laufen) und Skaten und können vom Therapeuten sehr gut analysiert und – wenn Abweichungen auffallen – behandelt bzw. korrigiert und trainiert werden. Bewegungselemente und Vorgehensweisen werden mit vielen Fotos, knappen Texten und tabellarischen Übersichten dargestellt.



**49,99 €**

46,72 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

---

**Artikelnummer:** 9783540888970

**Medium:** Buch

**ISBN:** 978-3-540-88897-0

**Verlag:** Springer

**Erscheinungstermin:** 01.01.2009

**Sprache(n):** Deutsch

**Auflage:** 1., Auflage 2009

**Produktform:** Kartoniert

**Seiten:** 254

**Format (B x H):** 189 x 246 mm

