A kondicionális képességek alapfogalmai

Javasolt feldolgozási idő: 20 perc

Keress az atlétikán belül három olyan versenyszámot, amelyben a legjellemzőbb megnyilvánuló kondicionális képesség a gyorsasági erő!

Atlétikai versenyszámokat többek között a Magyar Atlétikai Szövetség honlapján találhatsz.