

|                     |
|---------------------|
| HASŁO               |
| DEFINICJA           |
| PRZYKŁADY<br>UŻYCIA |
| WIZUALIZACJE        |
| DATA                |
| AUTOR               |
| REDAKTOR            |

reformer

«przrząd treningowy do pilatesu»

***Reformer** daje olbrzymie możliwości treningowe. Można na nim wykonywać niezliczoną ilość ćwiczeń w każdej pozycji – leżeniu na plecach, na boku, na brzuchu, siedzeniu, w podporze, w klęku czy w staniu* (pilates-centrum.pl).

*Ćwiczenia na **reformerze** są podobne do tych wykonywanych na macie* (medserwis.pl).

Zobacz w grafice Google

Rejestracja hasła: 16.06.2016, 22.00, ostatnia aktualizacja hasła: 31.01.2017, 05.19

Patrycjusz Pilawski

Maciej Czeszewski